MỤC LỤC

CÁ ĐUỐI NẤU CÀ RI

VẬT LIỆU – THỰC HÀNH

Tùy chọn phần thịt cá để nấu:

- Nếu chỉ lấy nạc, cắt xéo miếng thịt thành lát dày chừng 1cm nhỏ chừng ngón tay cái, nếu cắt dọc thớ thịt bạn sẽ có cảm giác miếng thịt bị tơi ra khi nhai.

- Nếu có được phần rìa cánh bơi, tùy thích lột bỏ da hay không, nếu lấy da phải dùng muối chà sát ngoài da cho thật sạch rồi xả rửa lại nước lạnh. Chặt ngang thành khúc chừng 5cm rồi chặt dọc theo chiều sớ những sợi sụn thành miếng ngang chừng 2cm. Như vậy mỗi miếng sẽ có vài sợi sụn còn dính chắc vào nhau.

- Nếu có phần thịt tiếp nối giữa nạc và các mô sụn thì cắt thành miếng vuông chừng 3cm.

A. NẤU NƯỚC DÙNG CÁ:

1. Pha hỗn hợp gia vị cho nước dùng cá:

2 muỗng súp sả củ băm hoặc xay bằng máy xay cắt cho thật nhuyển mịn + 1 muỗng cà phê tỏi băm + 1 muỗng cà phê gừng băm + 5gr cà ri + 1 trái ớt hiểm băm (tùy thích). Làm nóng 2 muỗng súp dầu ăn, cho hỗn hợp gia vị vào, đảo đều là tắt bếp.

2. 200gr nạc cá cắt vụn nhỏ để nấu cho nhanh, nấu chín với khoảng 250cc nước, cá vừa chín, tắt bếp ngay kẻo cháy, để nguội bớt, đổ tất cả vào máy xay, xay nhuyễn cá với nước nấu cá. Cho hỗn hợp gia vị vào cá xay khuấy đều, để riêng phần nước dùng cá này.

* Nói thêm về cà ri (curry): bột cà ri hiệu Vianco do Việt Nam và Ấn Độ liên doanh sản xuất là một thương hiệu phổ biến từ Bắc chí Nam và có xuất khẩu. Tuy gọi loại bột cà ri nhưng đây là một

tổng hợp từ nhiều loại gia vị khác nhau mà trong đó lá cà ri là chính với: nghệ củ, ớt khô, hột ngò, điều màu, quế, tiểu hồi, đại hồi, thảo quả, đinh hương, lá thơm. Xin các bạn lưu ý cho việc này vì đã có bạn đọc thắc mắc họ có được loại lá khô của cây cà ri nhưng khi nấu thì không giống như loại bột cà ri đóng gói bán trên thị trường.

B.LÀM CÁ:

500gr thịt cá đuối đã cắt miếng. Tẩm ướp với 2 muỗng súp sả băm hoặc xay cắt thật nhuyễn + 1 muỗng cà phê gừng băm thật nhuyển + 5gr bột cà ri + 1 muỗng cà phê muối + ½ muỗng cà phê tiêu. Trộn thật đều, để cá qua 30 phút cho thấm gia vị. Cho cá vào tủ lạnh trong thời gian ướp.

* Nói thêm: Nếu muốn thử cho vui, các bạn hãy ướp cá đuối với nước mắm, các bạn sẽ “nghe” cá bốc mùi amoniac.

C. PHỤ GIA:

- Vài trái đậu bắp cắt bỏ cuống, cắt chéo thành khúc ngăn. Vài cọng rau om (ngổ) lặt rửa sạch, cắt khúc ngắn.

- Làm nóng 2 muỗng súp dầu ăn, cho vào 5gr bột cà ri. Đảo đều là tắt bếp, để cho bột cà ri lắng xuống, gạn lấy phần dầu. Phần dầu này sẽ dùng sau khi nấu xong.

D. NẤU CÁ:

Sau khi ướp cá dùng chảo đáy phẳng, làm nóng 2 muỗng súp dầu. Nếu chỉ dùng toàn là nạc thì cho nạc cá vào đảo nhẹ tay cho cá săn lại trong vài phút rồi dùng đũa tải cho cá sắp đều trong chảo; nếu dùng vây bơi phải chiên cho vàng với ít dầu rồi vớt ra cho ráo dầu; châm phần nước dùng cá vào, nước nấu cá phải sấp mặt cá, nếu thấy thiếu có thể châm vào chút nước sôi, hạ lửa, nấu chín cá. Nếu chỉ dùng thuần nạc cá thì thời gian nấu chỉ trong bốn năm phút sau khi nước sôi là cá chín, còn dùng vây bơi thì cũng đã được chiên chín rồi và cũng tùy vây lớn nhỏ, nấu với thời gian độ chừng gấp đôi thời gian nấu nạc cá là được. Trong khi nấu vây bơi,

nếu thấy nước cạn xuống cứ châm thêm từng ít nước sôi, sau khi nấu, nước vẫn sâm sấp mặt cá là vừa. Tùy khẩu vị nêm lại với chút muối rồi thả đậu bắp vào, trở cho miếng đậu bắp thấm đều nước nấu cá là tắt bếp, đậu phải ở dạng chín giòn; nếu thích thì tưới thêm phần dầu phi với bột cà ri vào, món ăn sẽ dậy mùi ca ri rất mạnh. Sau khi múc ra đĩa mới thả vào vài cọng rau ngổ.

- Tùy thích ăn với cơm bún hoặc bánh mì. Nếu ăn cay được, chấm cá với chút muối trộn với ớt tươi giã nhuyễn.

CÀ MUỐI

1. CHỌN CÀ

Hai địa danh nổi tiếng nhất VN về việc trồng được giống cà rất ngon là làng Láng hay còn gọi là làng An Lãng, huyện Cầu Giấy, Hà Nội (làng Láng còn nổi tiếng về loại rau thơm hay được gọi là rau húng Láng) và huyện Cái Sắn, Kiên Giang ở miền Nam. Có hai loại cà thường dùng để muối chua là cà pháo và cà đĩa. Cà pháo trái nhỏ, kích cỡ trung bình bằng đầu ngón tay cái và cà đĩa (người Bắc hay gọi là cá bát, cà dừa) có cỡ lớn từ cái chén ăn cơm hoặc hơn nữa. Cà dùng để muối là cà xanh sống, vỏ còn sắc trắng, cả hai loại cà này nếu để chín trên cây đều trở màu vàng. Nếu chưa có kinh nghiệm lựa cà thì phải cắt ngang làm hai để quan sát phần hột. Nếu cà còn non, chưa có hột thì khi muối xong sẽ bị mềm chứ không dòn; cà già thì ruột cà đặc hột, muối xong rất hăng chứ không thơm và lại còn bị dai nữa. Cà vừa nhất dùng để muối là khi cắt trái cà ra thấy phần hột trong ruột cà chỉ vừa tượng đủ hột nhưng có sắc trắng chứ không vàng. Cà vừa hái xong làm càng tươi càng tốt. Đối với nhiều người, khi nói đến cà muối thì chỉ biết đến cà pháo, thực sự cà đĩa tuy vẫn được dùng để muối nhưng không quen thuộc lắm.

2. SƠ CHẾ CÀ:

Cà pháo và cà đĩa đều sơ chế như nhau. Trải cà ra nia, khay, phơi ra nắng trong khoảng 3 - 4 tiếng đồng hồ (tùy nắng lớn hay không) cho vừa héo mặt, đem vào nhặt bỏ cuống theo hai cách:

- Nếu là cà pháo, dùng dao mỏng, bén... cắt cuống trái cà còn khoảng chừng 5 ly rồi cạo nhẹ phần vỏ xanh của cuống (cách này phải làm tỉ mỉ từng trái và đây cũng chứng tỏ sự khéo tay của cánh phụ nữ trong nhà khi dọn đĩa cà ra mà trái nào cũng còn một

phần cuống nhỏ. Thực khách vừa ăn vừa trò chuyện, thay vì dùng đũa lại dùng tay nhón lấy cuống một trái cà, đưa vào miệng cắn nghe "phụp" một miếng xong là thả cái cuống lại vào mâm cơm). Cách thứ hai là cắt bỏ cuống nhưng không không cắt phạm vào vào phần thân cà mà chỉ cắt vừa hết phần cuống.

- Nếu là cà đĩa thì chỉ cần cắt bỏ cuống cho sát vào thân cà rồi xẻ dính hay còn gọi khía trái cà ra làm bốn. Có nghĩa là cắt sâu vào thân cà thành bốn múi nhưng không cắt đứt hẳn mà vẫn còn dính vào nhau một phần trong ruột trái cà. Cà đĩa trái lớn, thân dày, phải khía ra để cà dễ thấm muối hơn.

- Cà sau khi làm cuống và khía bốn, rửa lại qua nước sạch và để ráo.

3. MUỐI CÀ:

Từ miền Bắc vào đến miền Nam VN có đến vài cách muối cà khác nhau.

a. Muối nén: Đây là cách muối cà truyền thống và xưa nhất ở miền Bắc, nhằm cung cấp một loại thực phẩm có thể dùng dự trữ từ tháng này qua tháng khác. Sau khi sơ chế cà người ta dùng một cái vại, lu... bằng sành, miệng rộng cho vào cứ một lớp cà rồi đến một lớp muối, dùng một tấm mê rổ dày hoặc cả một tấm gỗ mỏng đặt lên lớp cà trên cùng rồi dùng vật nặng như cả một tảng đá nén cho thật chặt cà trong vại lại, đậy kín nắp vại để qua đến 15 - 20 ngày sau là cà chín, tùy thích chế biến hoặc ăn ngay. Ở một số vùng sâu, vùng xa của miền Bắc hiện tại vẫn còn muối cà bằng cách này. Tại các thành phố nói chung cho đến miền Nam VN cách muối cà bằng nước muối vẫn phổ thông hơn.

b. Muối nước: Cách muối cà bằng nước muối cho ra cà muối ăn được trong khoảng 10 ngày trở lại tùy vào nồng độ nước muối. Nếu nhiều muối, cà sẽ lâu chua; ít muối cà sẽ mau ăn được nhưng dễ hư. Nhưng trước tiên chúng ta phải tạm sử dụng một công thức chuẩn ban đầu: 1 lít nước + 50gr muối. Và công thức thứ 2 là: 1 lít nước / 30gr muối; công thức thứ 3: 1 lít nước / 70gr muối. Hãy làm ba hũ cà muối với độ mặn khác nhau như vậy.

- Cứ mỗi 1kg cà sử dụng 50gr tỏi lột vỏ cắt lát mỏng + 50gr gừng lột vỏ, cắt sợi.

- Nấu sôi hỗn hợp muối nước rồi để nguội hoàn toàn và hãy cứ nấu dư thành vài ba lít, các bạn không phải chỉ dùng nước muối một lần mà còn phải dự trữ để châm thêm.

- Dùng hũ thuỷ tinh miệng rộng, có nắp đậy, cỡ vừa đủ làm số cà muốn muối. Cho cà vào với gừng tỏi nhưng chỉ cho vào khoảng 3/ 5 dung tích hủ, dùng vài nan tre mỏng hoặc một tấm mê rổ, một đĩa sứ nặng vừa đủ bỏ lọt qua miệng hủ... đè dằn lên mặt cà sao cho khi châm nước muối vào cà không nổi lên khỏi mặt nước muối. Châm nước muối vào hũ cao hơn mặt cà chừng 5cm. Để qua ngày hôm sau thăm chừng nếu thấy mực nước muối rút xuống thì châm thêm nước muối vào cho mực nước lúc nào cũng phải cao hơn mặt cà chừng 5cm. Nếu để cà nổi lên khỏi mặt nước muối cà sẽ bị ố đen.

- Để qua 3 - 4 ngày nếu thấy mặt nước muối nổi lên lớp váng mỏng là do hỗn hợp muối + nước thiếu độ mặn cần thiết, chữa bằng cách đổ bỏ nước muối cũ đi, nấu mẻ nước muối khác để nguội châm vào.

- Trái cà sau khi muối đúng ngày sẽ phồng căng,vỏ ngoài thấy trắng trong chứ không còn trắng đục và cắn thấy dòn xốp. Mỗi khi lấy cà ra ăn phải nhận phần cà còn lại trong hũ dưới mặt nước muối.

c. Muối xổi: Cũng là cách muối nước nhưng cho cà trở chua nhanh trong vòng 2 -3 ngày, nhưng cách muối này không để lâu được. Pha hỗn hợp mẫu với: 2 lít nước + 50gr muối + 100gr đường + 50 gr gừng tỏi băm, nấu sôi hỗn hợp, để nguội rồi châm vào hũ cà đã sơ chế và dằn gài kỹ.

4. VÀI CÁCH CHẾ BIẾN CÀ SAU KHI MUỐI:

Cà sau khi muối chua là có thể dùng ăn ngay, nếu là cà đĩa thì cắt miếng nhỏ; cà pháo tùy trái, nếu trái lớn cắt hai... Lấy cà ra khỏi hũ, tùy thích, rửa qua với chút nước lọc cho bớt vị mặn của

muối... Ăn kèm các loại canh như rau đay nấu cua đồng, mồng tơi mướp, rau muống... Hoặc chấm cà với chút mắm ruốc pha tỏi ớt băm v.v... Với riêng cho loại cà pháo muối chua có thể làm thành các món như:

a. Dầm tương: Dùng loại tương Bắc làm bằng đậu nành hột xay hoặc không xay nhuyễn. Các bạn ở Cali. USA hay Paris đều có mua dễ dàng ở những chợ VN. Làm từng ít một với cách ăn liền như sau:

- 250cc tương.

- Phi thơm 2 muỗng súp dầu ăn với 2 -3 tép tỏi băm, cho tương vào xào nhỏ lửa, tùy tương mặn ít nhiều nêm đường vào từ từ từng ít một cho có vị ngọt nhẹ là được, đổ ra tô, tùy thích cho thêm chút tỏi ớt băm nhỏ. Cắt cà muối ra làm hai ngâm trong tương qua chừng một giờ là ăn được.

b. Mắm cà: Sử dụng mắm nêm đóng chai, có thương hiệu nghiêm chỉnh để bảo đảm chất lượng.

- Làm mắm cà ăn liền: Giả nhỏ ít tỏi ớt. Nấu sôi từng ít mắm với khoảng 250cc tùy chất lượng mắm đang có nêm đường vào từ từ cho vị mắm dịu xuống nhưng không ngọt là được, tùy thích cho thêm tỏi ớt ở mức cay chấp nhận được, để qua chừng một giờ là ăn được.

- Làm mắm cà để dành ăn dần:

* Cà pháo làm sạch cuống, khía hai trái cà, ngâm trong nước muối pha với phân lượng 1 lít nước / 20gr muối, ngâm qua 1 giờ vớt ra cho vào rổ rá để ráo nước muối rồi trải phơi ra nắng cho héo mặt.

* Ớt hiểm để nguyên trái - các bạn đừng vội lo là sẽ bị cay, ớt để nguyên trái có tác dụng khử mùi tanh của mắm nêm và chỉ làm cay khi nào bị bể gãy - cứ mỗi kí cà trộn với 30gr ớt hiểm để nguyên trái, cho vào hũ lọ, dằn cài như muối, mắm nêm nấu sôi để nguội, châm vào cho ngập cao hơn mặt cà giống như muối. Để từ một tuần lễ đến mươi ngày là ăn được. Khi ăn tùy thích giã nhỏ ít tỏi ớt với đường và trộn đều với từng ít mắm cà.

* Với món mắm cà làm theo cách này có nhiều người dùng thêm đu đủ xanh hoặc cuống của cây bắp cải, gọt vỏ,cắt miếng nhỏ, mỏng chừng 2 - 3mm, phơi héo mặt và trộn chung với cà theo phân lượng 2 phần cà + 1 phần lọai phụ gia này rồi mới cho vào hủ.

c. Ngâm dấm đường:

Pha hỗn hợp dấm đường mẫu với: 500cc nước + 200gr đường, nấu tan đường, để nguội; tùy độ chua của dấm mà bạn đang có châm từ từ từng ít vào cho nước đường có thêm vị chua rất nhẹ; giã nhỏ riêng ít tỏi, gừng cắt sợi, riêng ít ớt rồi cho từng ít tỏi gừng vào trước từ từ để có thêm mùi tỏi gừng theo ý riêng sau cùng mới cho ít nhiều ớt vào nếu ăn cay được. Và ớt giã nhuyễn sẽ làm cho hỗn hợp có màu hồng lạt còn nếu như bạn thấy đâu đó một hũ cà muối ngâm dấm đường mà có màu đỏ hồng tươi tắn đẹp mắt thì chỉ có thể là: một, rất cay; hai, có dùng phẩm màu! Lấy cà muối ra, chẻ hai, rửa lại cho bớt nước muối thả ngâm tùy thích vào hỗn hợp dấm đường qua vài giờ là ăn được.

MẮM TÔM CHUA

VẬT LIỆU

- 1 kg tôm đất tươi sống, chọn con lớn.
- 1 chén nhỏ xôi trắng (cỡ chén ăn soup thông thường).
- 150gr riềng non; 50gr tỏi.
- 50 gr ớt trái lớn, chín đỏ.
- ½ lít rượu trắng ngon 40 độ.
- Ít lá ổi già rửa sạch, vẩy ráo.
- 2 hũ thủy tinh, thể tích 700 – 800cc.
- Gia vị, vài nẹp tre mỏng hoặc đĩa sứ tròn vừa đủ cho lọt qua miệng của cái hũ dùng làm tôm.

THỰC HÀNH

- Riềng gọt vỏ, rửa sạch, cắt lát thật mỏng rồi xắt lại dạng sợi chỉ, càng nhỏ càng tốt. Ngâm riềng đã cắt chỉ vào trong thau nước nhỏ pha loãng chút muối cho riềng trắng đẹp. Trước khi làm vớt ra vẩy ráo.
- Tỏi lột vỏ cắt lát thật mỏng.
- Ớt chẻ dọc, moi bỏ hột, cắt ớt thành dạng sợi.
- Tôm phải còn búng nhảy khi làm, để nguyên con tôm. Rửa tôm với nước muối pha loãng 1 - 2 lần cho thật sạch, vẩy ráo nước muối. (Nếu dùng tôm đông lạnh còn vỏ thì chỉ cần rã đông và vẩy cho thật ráo nước). Chuẩn bị một thau nhỏ, nắp đậy, cho tôm vào thau, đổ hết rượu vào (VN có xuất khẩu rượu trắng với thương hiệu rượu Đế VN hoặc Gò Đen, Làng Vân... nếu không tìm được rượu đế, các bạn có thể dùng những loại rượu trắng như Vodka,

Gin...) nhanh tay đậy nắp kẻo tôm búng ra, xốc đều tôm trong thau, để qua 25 - 30 phút, tôm ngấm rượu sẽ chết và ửng đỏ đầu râu, coi tôm cho kỹ để tất cả tôm đều thấm rượu.

- Vo nếp nấu xôi trong thời gian ngâm tôm; bới ra một chén xôi để cho nguội bớt.

- Sau khi ngâm tôm, xớt một phần rượu qua một thau nhỏ khác. Tôm vẫn để vỏ, dùng kéo cắt bớt đầu râu ở vị trí qua khỏi mắt chừng 5 ly, tùy ý muốn cắt chân hay không, giữ đuôi lại cho đẹp mắt. Làm đến đâu bỏ tôm vào ngâm trong thau đã xớt rượu, sau khi làm xong, cho tôm vào rổ rá, vẩy cho ráo rượu. Không rửa lại nước lạnh.

- Cho tôm vào một thau khác, trộn đều với xôi, tỏi, giềng, ớt + 2 muỗng súp muối + 2 muỗng súp đường. Trộn thật đều cho xôi tơi ra, bám đều vào tôm.

- Cho tôm vào hủ, mặt tôm cách miệng hũ ít nhất 10cm, dùng lá ổi đậy kín mặt tôm rồi lấy nan tre mỏng gài ngang mặt hoặc đĩa sứ nhỏ cho lọt được vào miệng hủ, sao cho bảo đảm khi trong lọ dậy nước, tôm sẽ không nổi lên khỏi mặt lá ổi. Công đoạn này phải làm kỷ kẻo tôm sẽ hư. Đậy kín.

- Để qua 1 - 2 hôm, tùy thời tiết, trong hũ tôm sẽ dậy nước từ từ và tỏa mùi thơm là đã làm đúng những công đoạn; nếu không trộn màu thực phẩm sẽ thấy tôm ửng màu đỏ tự nhiên. Nếu trời nắng nóng, sẽ ăn được vào ngày thứ năm sau khi cho tôm vào hủ, còn thường là bảy ngày. Nếu muốn ăn sớm hơn, phơi hũ tôm ra nắng vài giờ trong ngày. Phải luôn thăm chừng nếu muốn ăn chua ít nhiều tùy khẩu vị. Mỗi lần lấy tôm ra phải nhận tôm còn trong hũ trầm dưới mặt nước và gài đậy kỹ. Tùy khẩu vị, sau ngày thứ năm, giữ độ chua vừa ý bằng cách cho vào tủ lạnh.

- Tôm càng để lâu, càng chua. Nếu để tôm quá chua, khi gắp ra, xốc đều với ít đường.

- Lá ổi có tác dụng làm lên men thơm cho tôm + rượu và nếp sẽ làm cho tôm ở trong một dung môi có chất chua của rượu nếp. Nếu không có lá ổi món tôm chua sẽ ít thơm hơn.

- Món ăn tuy có ớt, riềng nhưng với phân lượng vừa đủ cùng men rượu sẽ phân hủy vị cay, làm cho món ăn chỉ còn mùi thơm ớt, riềng. Tùy khẩu vị mỗi người nếu thích ăn cay hơn, giả nhuyễn ít ớt, tỏi rồi trộn riêng với ít tôm chua lấy trong hũ ra.

CHẾ BIẾN

Tôm chua thường được ăn kèm thịt heo ba chỉ luộc chín, cắt miếng nhỏ mỏng, rau thơm các loại, chuối sống, khế xanh cắt lát mỏng... Tùy thích ăn kèm cơm hay bún. Hoặc làm cuốn tôm chua: Tùy ý chọn bánh ướt hay bánh tráng mềm. Cuốn thành cuốn có đường kính chừng 3 cm với rau muống cọng nhỏ (không lá), rau thơm, khoai lang luộc lột vỏ cắt miếng nhỏ dài; cắt khúc ngắn chừng 3cm, sắp đứng vào đĩa, trên mỗi khúc để một lát thịt ba chỉ mỏng và một con tôm chua. Tùy thích pha lại nước trong hũ tôm chua với ít đường, tỏi ớt... để làm nước chấm.

THỊT KHO

VẬT LIỆU - THỰC HÀNH

Món thịt kho nói chung khá đơn giản, các bạn chỉ cần có thịt tươi và đủ gia vị là sẽ có nồi thịt kho ngon lành mà không cần phải lo lắng đến bí quyết hay kinh nghiệm gì cả.

1/ THỊT KHO NƯỚC:

Sử dụng thịt mông heo hoặc thịt đùi có đủ ba phần da, mỡ và nạc; chọn miếng thịt có lớp da càng mỏng càng tốt, lớp mỡ dày không quá 2cm, và phần nạc dài ngắn tùy miếng thịt được pha ra, cắt miếng thịt cho vừa ăn cỡ ngón tay cái là được. Và nếu bạn là người ăn kiêng mỡ thì cứ chọn hoàn toàn là thịt nạc để làm món thịt kho nước.

- Tẩm ướp mỗi 500gr thịt đã cắt miếng với: 3 muỗng súp nước mắm ngon + 3 muỗng đường cát trắng + 1/2 muỗng cà phê tiêu bột + 1/2 muỗng cà phê muối + 1/2 muỗng súp hành tím tùy ý băm nhỏ hay cắt lát + 1 muỗng cà phê nước màu (*) + 1 miếng quế vỏ chừng 5gr. (Nếu có quế, món thịt kho sẽ thơm hơn, không có cũng được) trộn đều thịt cho thấm gia vị, để qua 30 phút.

- Sau thời gian ướp, bắc nồi thịt lên bếp, để nhỏ lửa, đảo đều tay cho đến khi thấy hỗn hợp nước gia vị sôi lên, châm nước sôi vào cao hơn mặt thịt chừng 2cm, để sôi lại là hạ nhỏ lửa cho sôi riu riu, quan sát cho đến khi thấy phần mỡ trở trong là đạt yêu cầu. Nếm lại nước kho để thêm đường hoặc muối tùy khẩu vị riêng; quan sát màu thịt kho nếu muốn đậm hơn cứ thêm vào ít nước màu và để sôi lại. Sau khi kho, nước kho sấp sỉ mặt thịt là vừa. Thịt kho kèm trứng gà hoặc trứng vịt. Luộc chín trứng, thả vào tô nước lọc cho dễ lóc vỏ, lột vỏ trứng, thả vào nồi thịt kho khi vừa châm thêm nước sôi và kho chung trứng với thịt. Lượng trứng bỏ

vào chỉ khoảng 3 - 4 cái / 0,5kg thịt kho, nếu cho nhiều phải châm thêm nước sôi, vị nước kho sẽ lạt đi nhưng có người thích kho thịt với trứng và nêm lạt chứ không đậm, khi dầm trứng ra họ sẽ thêm nước mắm riêng. Kho kèm củ cải trắng: dùng khoảng 300gr củ cải trắng / 0,5kg thịt. Củ cải gọt vỏ, cắt bỏ cuống tùy thích cắt miếng tròn dày chừng 1cm hoặc cắt miếng cỡ ngón tay út. Sau khi kho thấy phần mỡ trở trong rồi mới cho củ cải vào và kho nhỏ lửa sau khi sôi lại thêm khoảng 5 - 7 phút nữa thôi, củ cải sẽ chín dòn và chỉ hơi trở trong nhẹ ở phía ngoài là miếng cải ngon. Củ cải trắng có tính thẩm thấu cao, nếu kho lâu, củ cải sẽ hút chất ngọt mặn của nước kho vào trong và làm cho nước kho lạt đi trong khi miếng củ cải sẽ trở từ mặn đến rất mặn và tóp dần, món thịt kho của bạn sẽ trở nên lạt lẽo và có vị hăng của củ cải.

- Với món thịt kho nước, tuy trình bày với thịt mông nhưng tùy thích các bạn dùng ba chỉ cắt miếng, sườn non chặt miếng chừng hai ngón tay... để kho thì món thịt kho của bạn vẫn là... thịt kho.

VÀI MÓN ĂN KÈM THỊT KHO NƯỚC:

* Dưa giá: Phân lượng dễ tính toán để làm với 1 tô nhỏ đầy gía sống rửa sạch để ráo + 1/3 tô lá hẹ cắt khúc ngắn + 1/4 tô cả rốt gọt vỏ cắt sợi. Pha dấm (dùng dấm gốc trái cây): Chừng 1/4 tô dấm với 3/4 tô nước lọc cho có vị chua nhẹ rồi thêm chút đường để có thêm vị ngọt nhẹ, đổ vào hỗn hợp giá hẹ, ngâm qua 1 giờ, khi ăn vớt ra để ráo dấm, dùng chấm kèm nước thịt kho. Cách muối này gọi là muối xổi có nghĩa là muối để ăn liền chưa không để lâu cho nên vị chua trong hỗn hợp dấm đường nhiều hơn vị ngọt.

* Dưa cải đã muối chua hoặc các thứ rau lang, rau muống, rau dền, bắp cải luộc... để chấm nước thịt kho có trứng hoặc không. Giã nhỏ chút tỏi ớt hoặc tùy ý chỉ lấy tỏi, lấy trứng ra khỏi nồi thịt cho vào chén tỏi ớt, múc vào ít nước kho, dầm nát trứng. Đừng dầm nát trứng trong nồi thịt, việc này sẽ làm cho nồi thịt kho của bạn nhanh chóng bị thiu trong khi thịt kho hâm đi hâm lại có thể để qua năm ba ngày mà vẫn không hư. Khi hâm nếu thấy cạn

nước cứ châm thêm vào chút nước sôi cho nước kho không sắc lại và trở mặn.

2. THỊT KHO KHÔ (HOẶC KHO TIÊU):

Việc chọn loại nạc thăn lưng heo để làm món kho khô là hoàn toàn hợp lý vì thời gian kho lâu, nước kho sánh đặc, miếng thịt sẽ săn lại và gần như khô... Dùng thịt thăn lưng sau khi kho miếng thịt vẫn mềm, dùng các phần thịt khác miếng thịt tuy không quá cứng để nhai nhưng món ăn không đạt yêu cầu.

- Nên dùng nồi kim loại dày để kho thịt hoặc thố đất, tô thủy tinh. Thăn lưng heo tùy ý cắt miếng cỡ ngón tay út hoặc miếng mỏng nhỏ, tẩm ướp thịt như món thịt kho nước nhưng với 0,5kg thịt thì tăng lượng nước mắm và đường mỗi thứ thành 4 muỗng súp. Và để trong khoảng 40 phút hoặc cho đến khi thấy đường tan thành nước và phần nước gia vị này phải sấp mặt thịt. Bắc nồi thịt lên bếp, khi thấy nước gia vị sôi giảm lửa ngay cho thật nhỏ và không thêm nước vào, dùng đũa đảo nhẹ tay, nêm lại đường hoặc muối tùy khẩu vị riêng rồi các bạn cứ giao nồi thịt cho ông táo trong khoảng hai mươi phút, thăm chừng lại cho đến khi thấy nước kho gần như cạn hết, hạ lửa tối đa, dùng đũa đảo nhẹ tay khi thấy nước kho gần như quánh lại là tắt bếp, đảo nhẹ thịt trong nồi để phần nước kho đặc bám đều vào thịt.

- Nếu muốn kho tiêu thì không có nghĩa là các bạn ướp thật nhiều tiêu vào thịt trước khi kho, món thịt kho ngoài vị cay nồng sẽ có thêm vị đắng. Để gọi là kho tiêu, khi thấy nước kho bắt đầu quánh lại nhưng vẫn còn sôi được, rắc đều lên mặt thịt ít tiêu bột - rất ít thôi cho vừa có vị thơm và cay rất nhẹ - đảo đều thịt rồi tắt bếp.

- Một số người thích làm món thịt kho khô này trong cái thố đất hoặc dùng một cái tô nhỏ để kho, và nhiều người miền Nam VN vẫn gọi cái tô là "cái tộ" thì thịt kho tộ chẳng khác gì thịt kho nồi ngoài việc người ta có thể dọn cả tộ thịt kho còn sôi lên bàn ăn rất ấn tượng.

- Món thịt kho khô cho vào hũ lọ đậy kín có thể dùng làm món ăn đi đường trong năm ba ngày mà không hư nhưng mỗi khi lấy thịt ra hãy dùng muỗng đũa sạch và không cất lại phần thịt ăn thừa vào trong hũ thịt.

3. THỊT KHO TÀU:

Để làm thịt kho tàu các bạn phải dùng đến hắc xì dầu cũng như xì dầu (hay còn gọi tàu vị yểu mà người Nam bộ vẫn gọi là nước tương, để phân biệt với loại nước tương Bắc, làm bằng đậu nành hột) nhưng hắc xì dầu đen sánh hơn, đậm đà hơn và có một mùi thơm rất... Tàu. Nếu bạn nào đã từng ghé một tiệm cơm gà Hải Nam chẳng hạn sẽ thấy có những hắc xì dầu để trên bàn kèm dấm đỏ. Và chất lượng hắc xì dầu cũng như nước mắm, tùy chổ sản xuất, tùy thương hiệu... có nồng độ khác nhau. Cách kho Tàu làm như món thịt kho nước và thay nước mắm bằng hắc xì dầu nhưng không dùng nước màu nữa. Khi nước kho sôi, các bạn hãy cho vào lượng nước sôi chỉ bằng một nửa so với cách kho nước, khi nước kho sôi lại, hãy nếm nước kho và nêm lại tùy khẩu vị với chút đường hoặc muối tùy vào chất lượng hắc xì dầu bạn đang có. Nhưng việc nêm lại nước kho còn tùy bạn muốn kho lâu cho nước kho cạn bớt hoặc ngược lại, nếu muốn kho lâu hãy nêm lạt để khi nước kho sánh lại là vừa. Nhưng kho như thế nào thì các bạn cũng hãy lưu ý khi dùng hắc xì dầu để kho thì cứ kho nhỏ lửa cho đến khi phần mỡ trở trong như miếng thạch mới gọi là thịt kho Tàu.

THỊT BÒ NẤU SỐT VANG

VẬT LIỆU – THỰC HÀNH

1. Nấu nước dùng bò với phân lượng chuẩn cho nước dùng bò ngọt vừa phải: Hầm 500gr xương bò (chặt khúc nếu xương lớn) với 3 lít nước + 150gr hành tây. Hầm nhỏ lửa và vớt bọt liên tục cho đến khi nước cạn còn khoảng 2 lít. Vớt bỏ xác xương và hành, lược lại nước hầm qua rây. Nếu các bạn có nồi áp suất gia dụng thì chỉ cần cho đúng 2 lít nước + 500gr xương, nấu trong khoảng 10 – 15 phút (tùy kiểu nồi) sẽ có nước dùng mà phần nước không hao hụt đáng kể.

2. Chọn loại rượu: Rượu chát đỏ sản xuất tại VN có những thương hiệu như vang Đà Lạt, vang Thăng Long, vang Sapa, vang Phan Rang... chất lượng và thời hạn sử dụng có khác ít nhiều so với vang đỏ (vin rouge – red wine) của Âu Mỹ. Nhất là dòng rượu chát đỏ của Pháp chẳng hạn, dĩ nhiên các bạn ở nước ngoài thì dư biết rượu vang Pháp tùy thương hiệu, tùy năm sản xuất... có giá cả và chất lượng như thế nào rồi. Nếu muốn trở thành một đầu bếp có khẩu vị tinh tế, với điều kiện cho phép, các bạn cứ thử nếm và chọn loại vang đỏ nào mà mình ưa thích nhất để nấu và hãy lưu ý đều quan trọng nhất: Cũng là rượu đỏ nhưng tùy loại để có những vị như chua nhẹ, ngọt nhẹ hoặc hơi chát... khác nhau. Món bò sốt vang của các bạn theo đó mà cũng thay đổi mùi vị.

3. Chọn loại thịt bò và sơ chế: Chọn loại thịt thăn lưng bò (filet) là phần thịt nạc khối nằm bên dưới, trong lồng xương sườn, sát vào cột xương sống.

- Cắt thịt thành hình miếng vuông cạnh chừng 3 – 4cm. Việc cắt thịt to nhỏ như thế nào, có gì quan trọng?

- Tẩm ướp mỗi một kí lô thịt đã cắt miếng với: 2,5 muỗng cà phê muối + 0,5 muỗng cà phê tiêu + 1 muỗng súp vun tỏi và hành

tím băm nhuyễn + 50cc rượu chát đỏ. Trộn thật đều thịt và hỗn hợp gia vị, để thịt qua 60 phút trong tủ lạnh. Nếu muốn dùng nước mắm thì cho vào 2 muỗng súp nước mắm ngon trên 40 độ đạm và 0,5 muỗng cà phê muối thay thế cho lượng muối đã cho như trên.

- Chuẩn bị chảo lớn, bắc lên bếp với 3 muỗng súp dầu ăn, xẻng để xào, để chảo thật nóng , cho thịt đã ướp vào vào đảo thật nhanh và đều tay trong chừng 2 – 3 phút, thấy thịt sạm mặt và săn đều là tắt bếp, không xào lâu.

- Trút thịt và nước xào vào trong một cái nồi vừa, chuẩn bị nấu thịt:

* Nếu dùng nồi áp suất: Châm nước dùng vào sấp mặt thịt, tùy loại nồi bạn đang có canh chỉnh trong khoảng thời gian cho phép với lượng thịt sử dụng cho thịt chín.

** Nếu dùng nồi thường: Châm nước dùng vào cao hơn mặt thịt chừng lóng tay, đậy nắp và hầm nhỏ lửa cho thịt chín mềm, trong khi hầm nếu thấy nước cạn cứ châm tiếp nước dùng vào, khi thịt mềm mực nước hầm còn sấp mặt thịt là vừa.

*** Việc hầm thịt cho mềm hoàn toàn tùy thuộc vào chất lượng thịt bạn đang có, nếu bạn có đúng là filet, thì thời gian nấu không lâu vì thịt đã sẵn mềm và chúng ta đã sử dụng nước dùng bò để nấu. Có thể bạn sẽ phải nấu thử một lần để có nhận xét cho lần sau phải nấu trong thời gian bao lâu cho một loại thịt đã biết với phân lượng nhất định. Thịt sau khi nấu chín miếng thịt vẫn phải ở dạng "đặc" và mềm, còn cho dù nấu đã mềm mà khi nhai miếng thịt thấy tưa ra dạng sợi thì theo từ dùng chuyên môn của cách nói bếp VN là bị "bã" ra, có nghĩa là miếng thịt mềm nhưng chỉ còn phần mô sợi chứ không còn ngon nữa, thì các bạn cứ tin chắc đi là loại thịt thăn lưng bò mà bạn đã mua là phần thịt đã "chạy" xuống ở đâu đó trong cái đùi bò chẳng hạn.

- Chuẩn bị 1 muỗng súp bột năng hoặc bột bắp (người Bắc VN hay gọi là bột đao) hoà tan với 1 chén nước dùng nguội, châm từ từ từng ít một vào nồi thịt vừa mềm còn đang sôi, khuấy đều tay, quan sát thấy nước hầm hơi sánh lại là ngưng, không nhất thiết phải dùng hết lượng bột đã pha, châm vào 50cc rượu nữa, để

sôi lại... tùy ý nêm lại với chút muối hoặc tùy thực khách sẽ nêm riêng khi ăn.

* Lưu ý: Món bò sốt vang có màu từ hồng nâu qua hồng bầm một cách tự nhiên tùy vào loại rượu bạn dùng để nấu và trên mặt nước hầm luôn có một lớp váng dầu màu vàng đỏ rất nhẹ do dầu hoà với rượu. Nếu các bạn đã "gặp" một tô phở sốt vang có màu hồng đỏ rất ư là tươi tắn thì việc này hoàn toàn do dụng ý riêng của người nấu.

4. Phụ gia và trình bày món ăn: Tùy ý sử dụng bánh phở tươi hoặc khô, loại bánh sợi lớn. Nếu dùng bánh khô phải trụng lại nước sôi bằng vợt lưới. Chia bánh phở nhiều vào tô, múc thịt và nước vừa đủ làm ướt đều bánh – món phở sốt vang có hình thức như một món ăn khô, không dùng nhiều nước – Rắc lên mặt thịt ít hành cắt nhỏ và ít tiêu bột. Dọn kèm vài nhánh húng quế, chanh ớt tươi, múôi tiêu, nước mắm, dấm... tùy ý nêm theo khẩu vị riêng. Món bò sốt vang tại Hà Nội còn được dọn với hình thức một chén thịt riêng kèm một tô bánh phở rắc hành, các phụ gia... tùy ý thực khách cho vào tô ít nhiều thịt.

Sau cùng, nếu bạn muốn món sốt vang "hoàn hồn" là một món ăn Tây thì đừng dùng nước mắm để ướp thịt và sau khi nấu hãy ăn kèm bánh mì nướng giòn.

BÚN ỐC

Món bún ốc làm theo cách miền Bắc thường có dấm bỗng (dấm làm từ hèm rượu) là một gia vị hơi khó tìm tại Sài Gòn, dấm bỗng cho vị chua nhẹ và hơi thơm vị rượu, tuy nhiên bạn có thể thay thề bằng dấm nuôi hoặc nước me vắt

1. Chuẩn bị ít nước dùng xương heo (hầm 300gr xương heo với 2,5 lít nước + 100gr hành tây + 2 muỗng cà phê muối, hầm lấy non 2 lít nước dùng, lược qua rây, vớt bỏ xác xương, hành). Chuẩn bị ít hành tím cắt lát mỏng phi vàng; hành lá cắt nhỏ; 150gr me chín nấu với 1/3 lít nước cho tan, lược lấy nước chua. Ớt tươi băm nhuyễn xào chín với ít dầu, nêm vào ít nước me cho hỗn hợp có vị chua ngọt nhẹ.

2. Làm ốc bưu: Ở một số chợ có hàng nhận làm ốc lấy nạc cho khách sau khi mua hoặc mua ốc về làm kỹ hơn như sau: Lấy nước vo gạo vừa đủ ngâm lượng ốc muốn làm, ngâm ốc qua 12 giờ cho ốc nhả sạch đất bùn, vớt ra rửa lại cho sạch, chặt bỏ trôn ốc, cạy miệng, moi lấy nạc ốc, gở bỏ mày ốc, nặn bỏ phần ruột phân... cho muối bọt vào ốc, nhồi nhẹ tay xả lại nhiều lần nước lạnh qua một cái rổ thưa cho nạc ốc thật sạch nhớt, để ráo.

3. Trộn ướp khoảng 500gr nạc ốc với: 2 muỗng súp nghệ tươi giã nhỏ (hoặc 1 muỗng súp bột nghệ khô) + 1 muỗng súp nước mắm ngon + 1 muỗng cà phê muối + 1 muỗng súp gừng non băm + 2 muỗng súp mỡ nước (món ăn sẽ đậm đà hơn là dùng dầu ăn) + 1-2 muỗng dấm bỗng hoặc dấm (tùy độ chua của dấm đang có để gia giảm theo khẩu vị), để qua 20 phút, phi thơm 3 muỗng súp dầu hoặc mỡ nước với ½ muỗng súp hành tỏi băm, cho ốc vào xào nhanh tay, ốc mau chín, đừng xào lâu ốc sẽ dai.

4. Làm nước dùng dấm chua với cà chua: 500gr cà chua chín, rửa sạch, ngắt cuống, chẻ dọc làm tám. Làm nóng 2 – 3 muỗng súp

mỡ nước hoặc dầu cho cà chua vào xào chín mềm, châm nước dùng vào sấp mặt hỗn hợp, nêm lại với bột ngọt, nước me, muối đường tùy khẩu vị nhưng phải có vị chua nhiều... nấu nhỏ lửa cho mềm cà, sau cùng cho vào ít hành lá cắt nhuyễn. Giữ nóng nước dấm trên bếp.

5. Chuẩn bị bún tươi; ít rau thơm các loại như tía tô, húng cay, húng lủi, kinh giới, ngò gai...Nước mắm nguyên chất cho thêm chút gừng băm, chanh hoặc tùy ý pha loãng theo khẩu vị riêng.

6. Trình bày món ăn: Chia bún vào tô, cho ốc và nước xào vào tô bún, tùy thích chan ít nhiều nước dấm cà chua vào, rắc hành phi, hành ngò cắt nhỏ vào, cho lên mặt ít ớt xào chua. Ăn kèm rau thơm, tùy ý nêm với nước mắm pha hoặc không. Nếu thích dọn kèm một chén ốc xào, chấm nước mắm gừng chua pha loãng ăn thêm.

XÔI VÒ

Chuẩn bị vật dụng gồm xửng hấp nhiều nước, vài khăn vải khô, sạch; cối chày hoặc máy xay cắt, gia vị, dầu ăn, đường trắng loại xay nhuyễn mịn.

VẬT LIỆU – THỰC HÀNH

1. Ngâm nếp – đây là khâu phải làm trước 12 tiếng đồng hồ, gồm: 1 kg nếp ngon, vo sạch, cho nếp vào một cái nồi, châm nước lạnh vào ngập mặt nếp, để qua 12 giờ. Sau khi ngâm, để nếp trong rá cho thật ráo nước rồi đổ ra nia, khay, dùng khăn vải khô, sạch, lau vùi khăn trong nếp cho nếp thật ráo nước, thay khăn khi thấy khăn ướt. Sau khi lau nếp, trộn đều trong nếp 1 muỗng cà phê vun muối + 3 muỗng súp dầu ăn.

2. ½ kg. đậu xanh cà (là loại đậu xanh khô đã đải vỏ, “cà" bể ra làm hai, mới có tên là đậu xanh cà để phân biệt với đậu xanh còn nguyên hột, nguyên vỏ) ngâm nước nóng trong khoảng 2 giờ cho đậu nở. Hong chín đậu trong xửng cho thật chín mềm, mang ra để nguội bớt, dùng chày cối quết đậu thật nhuyển, đánh tơi cho đậu thật mịn rời là được và đậu xanh phải thật khô ráo chứ không dẻo. Nếu các bạn ở nước ngoài không sẵn cối chày cứ cho đậu xanh đã hong chín vào máy xay cắt để làm đậu tơi mịn (xem hình minh hoạ) và làm đi làm lại hai, ba lần cho đậu phải thật nhuyển mịn như bột.

3. Sau khi trộn dầu và muối vào nếp, cho đậu đã làm mịn nhuyễn vào nếp trộn cho thật đều. Trong quá trình trộn đậu nếp phải xốc trộn đều để bảo đảm tất cả nếp đều bám đậu và không dính cục lại với nhau.

4. Dùng xửng lớn, có tầng hấp lổ nhỏ, loại chuyên dùng để hong gạo nếp. Không hong nếp đã trộn đậu quá nhiều mỗi lần

hong, tùy xửng lớn nhỏ, trải một lớp nếp đậu dày chỉ chừng 5cm, nếp sẽ chín nhanh và đều hơn là trải dày. Cho nhiều nước vào nồi, để nước thật sôi rồi mới bắc xửng nếp lên, đậy nắp kín, hong nếp. 1 kg nếp đậu hong trong khoảng 35 – 40 phút là chín, sau khi xôi chín, mở nắp, rắc đều vào nếp 2 muỗng súp đường cát xay/1kg nếp đậu, dùng đũa trộn đều rồi bắc xuống ngay, không hong nữa. (Nếu muốn xôi ngọt nhiều thì thêm 1 - 2 muỗng súp đường)

5. Xôi đã chín, bới ra khay rộng hoặc nia sạch, dùng quạt tay hoặc đặt quạt máy, quạt liên tục vào xôi, vừa thổi quạt với dùng đũa xới đều xôi lên cho xôi nguội nhanh và rời hạt. Xôi vò nấu khéo là hạt xôi đều bám đều đậu và rời hạt hoàn toàn. Nếu làm không kỹ các khâu, xôi sẽ vón cục, nếu bị ít, chữa bằng cách chà bóp nhẹ tay những cục xôi vón lại cho rời hạt.

6. Lưu ý: Xôi vò bị vón cục nhiều là do nếp còn bị sũng nước, hạt nếp không được lau kỹ cho ráo sau khi ngâm. Hạt xôi không bám đều một lớp đậu mịn, đậu còn lẫn trong xôi là do đậu đã làm chưa đạt độ mịn nhuyễn mịn đúng. Nếu chọn nếp không ngon, đậu xanh bị sượng cũng sẽ làm hư món xôi. Xôi vò là món ăn nguội và nấu đạt yêu cầu là có thể bốc tay để nhấm nháp từng hạt xôi nhưng cũng có thể vắt dính chắc lại thành từng nắm.

7. Món chè dân tộc truyền thống để ăn kèm xôi vò là chè đường. Có cách làm rất đơn giản như sau:

- Nấu tan 500gr đường với 2 lít nước, để nước đường sôi nhỏ lửa trên bếp.

- Hoà tan 100gr bột sắn dây với ½ lít nước, lược lại qua rây để loại bỏ bột vón cục nếu có.

- Dùng đũa vừa khuấy nước đường vừa châm từ từ nước bột vào, nước đường sẽ sánh lại từ từ, tùy chất lượng bột, thấy hỗn hợp vừa sệt lại và trở trong là được, không nhất thiết phải dùng hết lượng bột đã pha, đừng để chè trở thành dạng đặc. Tùy thích cho vào vài giọt tinh dầu hoa bưởi hoặc vài nụ hoa bưởi tươi nếu có.

- Món chè đường nếu cho đậu xanh cà đã hong chín vào, khuấy đều sẽ thành món chè hoa cau. Đây cũng là món chè truyền

thống của VN rất thường dược dùng để cúng trong các dịp thôi nôi, đầy tháng trẻ em... và cũng dùng ăn kèm xôi vò. Nếu muốn làm chè hoa cau thì với phân lượng 2 lít nước đường dùng khoảng 150gr đậu xanh cà là vừa. Sau khi hong chín đậu, rắc từ từ đậu vào chè đã sệt lại nhưng còn bắc trên bếp, vừa rắc vừa khuấy nhẹ tay cho đậu trộn đều vào nước chè sệt là được.

- Xôi vò còn dùng làm món ăn mặn với heo quay, gà quay, chả lụa... tùy ý.

CANH CHUA CÁ LÓC

VẬT LIỆU – THỰC HÀNH:

Phân lượng cho khoảng 2 lít canh, nếu muốn làm nhiều cứ nhân lên, phần cá tùy thích gia giảm trong khoảng 500 – 700g, các phụ gia khác ít nhiều tùy ý.

1. Nước canh:

Nấu nước dùng với 500g xương heo + 2 ½ lít nước + 20g hành tím + 1 muỗng cà phê muối. Hầm nhỏ lửa và vớt bọt liên tục cho đến khi nước còn khoảng già 2 lít, vớt bỏ xác xương, hành.

2. Làm chua nước canh:

Tạo vị chua cho nước canh cho món canh chua VN tùy vùng, tùy người dùng những loại cây trái khác nhau như miền Bắc, miền Trung hay dùng trái sấu, khế... Trong khi món canh chua miền Nam luôn được làm chua bằng trái me chín, có người thích dùng dấm nuôi (loại dấm làm bằng chuối, thơm hoặc nho) hoặc chanh. Căn bản là vị chua phải được tạo ra bằng trái cây, không sử dụng dấm thuộc dạng hóa chất công nghiệp.

- Nếu là me chín thường đã tách bỏ vỏ, lấy nạc me, dùng khoảng 200g nấu với chừng một chén nước cho tan me, vớt bỏ xác và hột me.

- Nếu dùng trái sấu xanh, đập bể sấu ra, cho vào nồi nước dùng khoảng mươi trái; nếu dùng khế xanh chẻ dọc khế làm bốn cho vào nồi khoảng 3 – 4 trái... nấu sôi nhỏ lửa qua vài phút nếm thử thấy có vị chua vừa ý là tắt bếp, vớt bỏ xác trái đi.

- Nếu dùng dấm gốc trái cây chỉ cần cho vào nước dùng từng vài muỗng súp cho đến khi có vị chua vừa ý.

- Sau khi có nước dùng chua, cho vào 2 lít nước dùng 200g cà chua chín cắt miếng, 150g thơm chín cắt miếng. Tùy khẩu vị nêm lại với chút muối cho đậm đà chứ không mặn vì chúng ta sẽ còn cho thêm cá. Giữ nóng nước dùng trên bếp.

3.LÀM CÁ:

Các bạn có thể sử dụng các loại cá nước ngọt sau đây để làm món canh chua: Cá lóc làm sạch, kéo bộ lòng ra và để nguyên bộ lòng, cắt ngang cá thành lát mỏng; cá bông lau, cá hú... làm tương tự và quen thuộc nhất đối với các bạn ở nước ngoài là cá basa (catfish) VN xuất khẩu với dạng từng lát hoặc miếng dẹp và dĩ nhiên là phải để rã đông trước khi làm. Tẩm ướp mỗi kí-lô cá với: 1 muỗng súp nước mắm ngon + 1 ½ muỗng cà phê muối + ½ muỗng cà phê tiêu + 1 muỗng súp hành tím băm, trộn đều và để cho cá thấm gia vị qua 40 phút, để cá vào tủ lạnh trong thời gian ướp.

4. PHỤ GIA VÀ CÁC LOẠI RAU ĂN KÈM:

Chuẩn bị mỗi thứ một ít gồm:

- Giá sống rửa sạch để ráo; rau ngổ hay còn gọi là rau ôm, lặt lấy phần non, ngắt khúc ngắn 5cm rửa sạch; đậu bắp cắt bỏ cuống, cắt chéo lát mỏng; bạc hà tước vỏ, cắt xéo khúc ngắn.

- Ít hành tím lột vỏ, cắt lát mỏng, phi vàng với ít dầu, đừng để hành cháy, vớt ra để ráo dầu. Ít hành tươi và rau ngò gai cắt nhỏ. Ít rau thơm, xà lách lặt rửa sạch.

- Nước chấm cá: Tùy thích chỉ dùng nước mắm nguyên chất với ít giọt chanh và ớt tươi xắt lát hoặc làm nước mắm me: Pha phần nước mắm + 3 hoặc 4 phần nước lọc, tùy độ mặn của nước mắm thêm chút đường cho có vị ngọt sau cùng cho vào từng ít một phần nạc me đã nấu hoặc xay cho hỗn hợp có thêm vị chua nhẹ, tùy thích cho thêm ớt hay không.

5.LÀM CHÍN VÀ TRÌNH BÀY MÓN ĂN:

- Để làm một tô canh chua dọn trong mâm cơm các bạn chỉ cần thả cá và lòng cá đã ướp vào nước dùng sôi cho cá chín; cho một ít giá sống vào đáy tô, múc canh và cá vào tô, trải các thứ rau mỗi thứ một ít lên mặt canh sau cùng rắc hành phi và hành lá vào, rắc thêm chút tiêu bột. Tùy thích ăn canh chua với bún, cơm. Chấm nước mắm, kèm rau sống.

- Trình bày trên bàn tiệc theo cách dọn lẩu để tùy thực khách dùng cá, rau... ít nhiều tùy ý. Dọn lên bàn một nồi lẩu đã trình bày như một tô canh đồng thời dọn kèm thêm đĩa trẹt đựng nước mắm mặn hoặc nước mắm me để có thể gắp cá bỏ vào đĩa, các thứ phụ gia mỗi thứ một đĩa riêng, rau sống, bún... Chuẩn bị riêng nước dùng chua và cá đã ướp, cần dùng đến đâu châm thêm nước dùng cho sôi và thả cá vào nồi lẩu cho chín. Nếu để phục vụ cho số đông thực khác không nên làm chín cá trong nước dùng mà hãy hấp cá đã ướp cho chín rồi để riêng, khi cần dùng thả cá đã hấp vào nước dùng sôi để làm nóng lại vì nếu làm chín cá trước với số lượng nhiều trong nước dùng, cá sẽ dễ bị bể vụn, miếng cá sẽ không còn ngon.

- Cách nấu món canh chua cá với nước dùng heo thường để đáp ứng cho yêu cầu số lượng nhiều dùng kinh doanh hoặc chiêu đãi vài chục thực khách, nếu chỉ cần một tô canh nhỏ trong bữa cơm gia đình thì không cần thiết phải nấu nước xương. Các bạn chỉ cần xào chừng 400g cà chua và thơm chín cắt nhỏ với 2 muỗng súp dầu, châm vào chừng non 2 lít nước sôi và làm chua nước canh tùy khẩu vị với me, khế, sấu, dấm... tùy ý sau đó thả vào chừng nửa kí cá đã tẩm ướp cho chín cá rồi nêm lại canh và múc ra tô với các phụ gia giá, bạc hà v.v...

- Đồng bằng Nam bộ VN vốn có nhiều các loại rau cho nên ngoài những phụ gia quen thuộc trong món canh chua cá lóc, có người thích dọn kèm một đĩa rau đủ thứ như rau đắng, bông điên điển, rau rút... ai muốn ăn loại nào cứ việc nhúng vào nồi lẩu cá sôi.

MIẾN LƯƠN

1. LÀM LƯƠN:

500g lươn sống hoặc lươn đông lạnh.

- Nếu bạn đã có lươn đông lạnh thì chỉ cần phải rã đông và tẩm ướp như lươn sống.

- Nếu dùng lươn sống thì chọn lươn con nhỏ, vòng thân cỡ 2,5 - 3cm là vừa cho món miến xào, xào lăn, nấu cháo. Lươn con nhỏ luôn chắc thịt và ngọt. Lươn cỡ lớn thích hợp với um nước dừa, nấu lẩu...

- Làm lươn sống: Ở những hàng bán lươn, người ta thường làm thịt lươn cho khách mua. Có nhiều cách làm sạch nhớt lươn bằng tro, muối, dấm... Đơn giản nhất là dùng dấm. Dùng một cái nồi vừa, cho vào một chén đầy dấm, trút hết lươn vào và đậy nắp lại chờ trong vài phút lươn sẽ yếu đi và có thể chết hẳn, dấm sẽ làm cho lươn nhả sạch nhớt và trắng ra (nhớ mang găng tay cao su chuyên dùng của nhà bếp vào). Dùng kéo ngắn mũi, nhọn... mổ rọc bụng lươn từ họng xuống đến hậu môn, moi bỏ toàn bộ ruột lòng lươn, xả lại thật kỹ nhiều lần nước cho đến khi thấy thật sạch. Tùy ý chặt khúc ngắn 7 - 10cm hoặc để nguyên con và đừng bỏ cái đầu, đó là phần thịt khá ngon dù không nhiều. Tẩm ướp lươn với 1 muỗng súp hành tím băm nhuyễn + 1 muỗng cà phê muối + ½ muỗng cà phê tiêu + 1 muỗng súp nước mắm nếu thích... để qua 30 phút rồi hấp chín, rỉa lấy nạc lươn, bỏ xương, để riêng nước hấp lươn.

- Sau khi có nạc lươn ướp lần hai với ½ muỗng súp hành tím băm + ½ muỗng cà phê muối + 1/3 muỗng cà phê tiêu rồi xào nhanh lại với 1 muỗng súp dầu ăn và 1 muỗng súp nước sôi cho lươn đừng khô qua là được.

2. LÀM MIẾN SỢI:

200g miến khô. Miến hay còn gọi là bún Tàu, sợi nhỏ, trong suốt. Ở Việt Nam, bún Song Thần Quy Nhơn được xem như một loại miến ngon nhất với những tính chất như có vị ngọt của bột đậu xanh, sợi miến dai mềm, không nở bấy và dính vào nhau, khi chín vẫn trong suốt. Còn có nhiều thương hiệu miến khô khác của VN cũng như Thái lan, Trung Quốc.... nên chọn loại miến nào có những tính chất như vừa nêu. Ngâm miến trong nước lọc nguội qua 5 - 7 phút cho vừa từ dạng khô qua mềm có thể bẻ cong là được, chúng ta sẽ xào cho miến chín mềm sau, đừng ngâm lâu miến quá mềm, sẽ khó xào cho ngon, vớt ra để ráo cắt khúc ngắn.

- Chuẩn bị dầu ăn, 1 muỗng cà phê hành tím băm, 2 muỗng súp hành lá xắt ngang thật nhỏ, ít ngò cọng. Lấy phần nước hấp lươn cho vào 3 - 4 muỗng súp nước sôi, nêm lại với chút muối tiêu tùy khẩu vị.

3. XÀO MIẾN:

Cho vào chảo 2 muỗng súp dầu ăn và phi thơm dầu với hành tím băm, đừng để hành cháy, cho vào phân nửa số nước hấp lương, hạ lửa nhỏ, cho miến vào xào nhẹ đều tay (thời gian xào 200g miến chỉ trong vài phút) quan sát thấy sợi miến sẽ nở ít nhiều hay không, tùy chất lượng sợi miến đang có, nếu cần cứ châm thêm từng ít một phần nước hấp lươn còn lại và cứ xào đều tay cho sợi miến chín mềm, nở đều... sau cùng tùy thích cho nạc lươn + hành lá vào chảo miến đảo đều là được, tắt bếp, cho miến ra đĩa. Trải ngò cọng rắc thêm ít tiêu bột. Tùy thích dọn kèm xì dầu, ớt tươi ngâm chua hay nước mắm nguyên chất pha chanh ớt.

- Một cách trình bày khác là sau khi xào miến, cho ra đĩa, trải nạc lươn lên cho đạp mắt với ngò cọng, khi ăn mới trộn đều.

- Phần hướng dẫn hàm thụ cách xào miến luôn có hạn chế nhất định vì có loại miến chất lượng rất kém, khi xào bị bấy và dính bết vào nhau. Món xào đạt yêu cầu là sợi miến nở mềm, rời sợi và thấm vị ngọt của nước hấp lươn cho nên nếu sau khi hấp mà

thấy nước hấp có nhiều thì không cần cho thêm nước nóng mà chỉ cần nêm lại là được.

- Có người sử dụng nước dùng heo hoặc gà thay cho nước sôi, thêm vào nước hấp lươn để xào cho sợi miến ngon hơn.

CÁ KHO

VẬT LIỆU – THỰC HÀNH

Món cá kho VN có thể tạm sắp thành hai loại. Một là cá kho nước: món ăn kho hơi lạt, có nhiều nước để dùng chan vào bún, cơm; thường dùng những loại cá biển như cá ngừ, cá thu, cá sòng, cá nục... Hai là cá kho khô: món ăn rất đậm đà, mặn miệng... Sau khi chế biến gần như cạn hết nước và kho không khô hẳn nhưng cũng không có nhiều nước; thường sử dụng những loại cá nước ngọt như cá lóc, cá basa, cá bống, cá kèo, cá cơm... nhưng một vài loại cá biển thân nhỏ như chuồn, trích, nục... vẫn kho khô được. Trong hai cách kho này, tùy người, tùy vùng... ngoài gia vị thường dùng còn sử dụng vài phụ gia như thơm (dứa) chín; xơ mít chín; chột nưa (một loại cây quen thuộc vùng Bình Trị Thiên VN, họ môn, giống như cây môn ngọt hay cây bạc hà trong miền Nam nhưng có vị khác); mía lau; thịt heo ba chỉ (ba rọi)... và cả nước trà để khử vị tanh. Xin trình bày căn bản, phần chế biến tùy thích các bạn làm thêm với các loại thực phẩm tìm được ở nước ngoài.

1. Gia vị: Chuẩn bị muối, tiêu, nước mắm, đường, nước màu hay còn gọi là nước màu dừa (một dạng caramel chế biến từ đường nấu cho thành dạng sệt, vị cháy đắng, có màu nâu đỏ đậm. Bếp VN thường dùng nước màu dừa để kho cá thịt, tạo vị đắng ngọt, pha màu... cho vài món ăn khác.

2. Phụ gia: Tùy ý sử dụng như thơm (dứa) chín cắt miếng nhỏ, cà chua chín cắt miếng bỏ phần hột, xơ mít chín (trái mít chín, sau khi gỡ múi, cắt lấy phần cọng xơ dạng sợi) mía lau róc vỏ, chặt khúc 5cm, chẻ nhỏ, chột nưa đã muối mặn v.v...

3. Cá kho nước: Các loại cá quen thuộc ở VN để dùng kho nước là các loại cá biển như cá ngừ, cá thu, cá nục, cá chuồn, bạc má... Cá thu, cá ngừ thường ở dạng cắt lát dày khoảng 1,5 – 2cm.

Còn như cá nục, cá chuồn... nếu cá dài cỡ chừng 15 – 20cm thì kho nguyên con (sau khi làm sạch và đánh vảy); nếu cá lớn con hơn thì tùy ý cắt khúc ngắn.

- Dùng cỡ nồi vừa đủ. Thí dụ như bạn định kho 6 lát cá ngừ, mỗi lát lớn chừng 2/3 bàn tay người lớn thì hãy chọn một cái nồi cỡ vừa đủ sắp 6 lát cá chỉ thành một lớp vào đáy nồi, đây có thể gọi là một bí quyết nhỏ để cá có chất lượng đồng đều. Lý do khác là trong một bữa cơm VN, món cá kho cũng như các món ăn khác, không làm với số lượng nhiều. Nếu phải kho cá với số lượng công nghiệp để chiêu đãi vài chục người cùng ăn món cá ngừ với bún chẳng hạn thì bạn phải dùng nồi lớn và xếp chồng các lớp cá lên nhau với cách ướp đường cho từng lớp nhưng lớp cá nằm dưới cùng vẫn sẽ ngon nhất.

- Phân lượng gia vị tương đối cho 500gr cá ngừ hoặc các loại đã kể, cho ra vị cá kho hơi lạt: Xếp cá vào nồi, rắc phủ đều lên mặt cá khoảng 50gr đường và đong đường bằng muỗng – nếu đã dùng mấy muỗng đường thì cho thêm chừng đó muỗng nước mắm + ½ muỗng cà phê tiêu + 1 muỗng cà phê muối + 20gr hành tím lột vỏ, đập dập + ½ muỗng súp nước màu dừa + 2 trái ớt chín đỏ, khoảng 15 – 20gr, để nguyên trái - không bẻ gãy ớt + 1 muỗng súp dầu ăn hoặc mỡ nước. Đậy kín cá, để qua 1 giờ hoặc hơn cho cá thật thấm gia vị. Trong khâu ướp cá, đường sẽ làm cho cá săn chắc và thấm các loại gia vị khác chứ không phải do mắm muối. Nước màu dừa có tác dụng làm cho màu nước cá kho vàng nâu đẹp mắt, nếu dùng nhiều nước kho sẽ có màu đỏ nâu và đắng.

- Những phụ gia có thể dùng cho thêm vào món cá kho nước – nhất là dùng cá ngừ: Thịt ba chỉ heo cắt miếng nhỏ cỡ ½ ngón tay út 100gr thịt / 500g cá; 50gr thơm chín cắt miếng nhỏ hoặc 50gr cà chua chín, bỏ hột, cắt miếng nhỏ; cho vào đáy nồi khoảng 100gr mía lau róc vỏ, chặt khúc ngắn 5cm. chẻ mỏng... Những loại phụ gia này tùy thích sử dụng tất cả hoặc một hai thứ, món cá kho sẽ có nhiều hương vị hơn.

- Nước trà: Cho thêm ít nước trà (người Bắc gọi là nước chè) vào món cá kho nước là thói quen khẩu vị của một số người Trung,

người Bắc VN. Dùng nước chè lá tươi đã nấu pha hoặc chè Bắc Thái Nguyên pha không đậm lắm, cho vào khoảng 50cc / 500gr cá, vị cá kho sẽ trở nhẹ nhàng, làm tăng mùi thơm nước kho và không nghe mùi tanh cá. Nếu ở nước ngoài muốn kho thử mà không có nước trà xanh chẳng hạn, bạn có thể dùng trà Lipton đen loại túi lọc, không nên sử dùng loại trà ngọt có vị cam chanh hay gừng.

- Kho cá: Sau khi ướp cá, bắc nồi cá lên bếp, để vừa lửa, châm thêm vào một lượng nước sôi ngập hơn mặt cá khoảng 2 – 3cm. Khi thấy nước sôi, hạ lửa nhỏ riu riu kho trong khoảng 45 phút, thăm chừng nước, nếu thấy nước cạn phải châm thêm nước sôi để giữ nước kho luôn cao hơn mặt cá, thăm chừng nạc cá vừa săn chắc, nước vẫn cao hơn mặt cá chừng 1 – 2cm là vừa.

- Về việc nêm nước cá kho: Món cá kho nước hay dùng ăn bún tươi cho nên thường kho lạt nhưng tùy khẩu vị, sau khi kho xong cứ nêm thêm chút muối, đường... theo ý riêng. Lưu ý khi dùng nước mắm để nêm vì có nhiều loại nước mắm nếu dùng nhiều sẽ tạo thêm vị chua chứ không phải mặn. Hoặc tùy ý giã nhỏ ít tỏi ớt trong một cái chén, cho vào ít nước cá kho rồi làm loãng ra với ít nước sôi sau đó mới nêm lại với chút muối, đường, nước mắm... và dùng loại nước cá pha lạt này để chan kèm bún tươi, rau sống cắt nhỏ, dưa leo băm.

- Nếu muốn kho lâu hơn cứ tiếp tục để nồi cá trên bếp với lửa thật nhỏ cho đến khi nước kho cạn sấp mặt cá bạn sẽ có vị cá kho đậm đà hơn nhưng cách kho này vì đã dùng nước cho nên nạc cá sẽ có vị khác cách kho khô.

4. Cá kho khô: Những loại cá nước ngọt thường dùng kho khô là cá lóc (người miền trung VN hay gọi lá cá tràu, cá quả), cá basa (loại cá da trơn – catfish – nói chung) cắt lát mỏng; cá bóng, cá kèo, cá rô, cá cơm... làm sạch.

- Sử dụng phân lượng gia vị cho 500gr cá kho khô: Xếp cá vào nồi, rắc phủ đều lên mặt cá khoảng 100 – 120gr đường và đong đường bằng muỗng – nếu đã dùng mấy muỗng đường thì cho thêm chừng đó muỗng nước mắm + ½ muỗng cà phê tiêu + 1 muỗng cà phê muối + 20gr hành tím lột vỏ, đập dập + ½ muỗng súp nước

màu dừa + 2 trái ớt chín đỏ, khoảng 15 – 20gr, để nguyên trái - không bẻ gãy ớt + 2 muỗng súp dầu ăn hoặc mỡ nước. Đậy kín cá, để qua 1 giờ hoặc cho đến khi thấy đường tan hết và hỗn hợp nước gia vị phải ngập mặt cá; nếu cá lớn con, nước gia vị không đủ ngập cá thì phải cho thêm ít đường + nước mắm bằng nhau. Bắc cá lên bếp. Để lửa vừa, vừa thấy nước kho chớm sôi phải hạ lửa thật nhỏ chỉ đủ cho nước kho sôi váng hơi và sủi bọt rất nhẹ. (Không châm thêm nước sôi mà chỉ kho cá bằng nước đường muối tan ra). Nếm thử nước kho, tùy thích thêm đường hoặc muối theo khẩu vị riêng – thông thường với lượng đường và nước mắm nhiều như vậy chỉ cần nêm thêm chút muối nếu chất lượng nước mắm kém. Kho trong khoảng 1 giờ trở lại, thỉnh thoảng đảo nồi cho cá trở nhẹ, kho cho đến khi nước kho gần như cạn hẳn và sệt quánh lại, miếng cá trở chắc, có màu nâu đỏ thẩm.

- Về món cá kho tiêu: Món cá lóc hay cá kèo kho tiêu chỉ là dạng cá kho khô nhưng cho nhiều tiêu. Tùy thích rắc thêm ít tiêu bột vừa đủ thơm và cay nhẹ khi nước kho bắt đầu quánh sệt, lưu ý nếu cho nhiều tiêu thì ngoài vị cay sẽ có thêm vị đắng nồng rất khó chịu.

- Với cách kho khô này, nếu muốn có nước nhiều để chan vào cơm, xôi nếp... thì khi cá đã thấm ngon, châm thêm chút nước sôi cho bằng mặt cá, để sôi lại là được. Trong món cá kho khô, người miền Trung thường chỉ dùng thêm chột nưa, xơ mít... lót một lớp chừng 2 cm, dưới đáy nồi rồi mới cho cá lên. Nước kho sẽ thấm vào các loại phụ gia này làm thành món ăn phụ rất ngon.

XÔI ĐẬU

VẬT LIỆU - THỰC HÀNH

Cách nấu cho cả ba loại xôi đậu xanh, đậu phụng, đậu đen. Tùy thích, làm riêng từng loại đậu và nấu với nếp.

1. Nấu theo nguyên tắc làm làm chín bằng cách hong:

Đây là một cách làm chín nếp dễ nhất, cho xôi ngon và được một việc rất quan trọng là người chưa biết nấu xôi bao giờ cũng không lo bị cháy, vì xôi coi vậy chứ hơi khó nấu. Nếu nấu theo kiểu cho nước với nếp vào nồi thì rất dễ trên sống dưới khê tứ bề nhảo nhoét! Như vậy bạn phải có một cái xửng hấp và tầng trên của xửng phải có vỉ hấp xôi là loại vỉ tròn có lỗ nhỏ vừa đủ cho hơi nước bốc lên nhưng hạt nếp không rơi xuống được. Loại xửng này hầu hết siêu thị Á, Âu nào cũng có.

2. Với cả ba loại đậu:

Trước khi sơ chế, thả trong nước lạnh, vớt bỏ những hột lép, xấu... nổi lên trên mặt nước.

3. Sơ chế đậu phụng và đậu đen giống nhau:

Hai loại đậu này thân hột cứng, phải làm chín mềm trước khi hong chung với nếp. Đậu phụng đã bóc vỏ cứng, đậu đen vo sạch... cho vào nồi. Châm nước nóng vào, nấu sôi khoảng vài phút, tắt bếp, để ngâm đậu trong nước nóng khoảng 1 giờ, đổ bỏ nước nấu lần đầu, châm nước nóng lần hai nấu nhỏ lửa cho đến khi đậu mềm. Thời gian nấu khá lâu - có thể từ 1 đến 3 tiếng đồng hồ, tùy số đậu dùng nấu và chất lượng đậu khô hay tươi ít nhiều. Trong khi nấu thăm chừng nước, nếu thấy nước cạn hơn mặt đậu phải châm thêm nước sôi vào. Nếu quen dùng nồi áp suất, hầm đậu bằng nồi áp suất sẽ nhanh và hột đậu nở mềm ngon hơn. Sau khi nấu đậu chín vớt ra để ráo. Phần nước luộc đậu không dùng để

nấu xôi nhưng đừng vội bỏ vì có thể cho vào chút muối hoặc đường làm thức uống giải nhiệt, ngon lành, tốt cho cơ thể.

4. Sơ chế đậu xanh:

Đậu xanh khô thường có hai dạng: dạng còn nguyên hột và vỏ, dạng đã cà tách làm hai và còn vỏ hay không thường gọi là "đậu xanh cà". Người ta thường dùng đậu xanh cà để nấu xôi. Vo sạch đậu, vẩy ráo, nấu nước cho sôi rồi châm ra một cái nồi hoặc thố lớn, pha thêm ít nước lạnh cho thành nước ấm, cho đậu vào ngâm khoảng 2 giờ. Sau đó trước khi hong với nếp, đổ ra một cái rá cho ráo nước.

5. Nếp:

Vo sạch nếp, ngâm nếp trong nước ấm qua 1 giờ rồi đổ một cái rá để cho thật ráo nước trước khi hong. Trộn đều vào cứ 1kg nếp là 1 muỗng cà phê muối.

6. Hong xôi:

Phân lượng thông thường là cứ 1kg nếp / 400g đậu. Trộn đều nếp với loại đậu đã chọn và sơ chế. Chuẩn bị xửng hấp nhiều nước và để cho nước thật sôi. Nếu có lá dứa, rửa sạch chừng mươi lá, trải đều vào tầng hấp. Lá dứa sẽ làm cho món xôi thơm hơn. Cho hỗn hợp nếp đậu vào tầng hấp, đậy kín. Sau 15 phút, mở nắp ra đảo đều, rồi đậy nắp lại hong tiếp, khoảng mươi phút sau lại đảo nếp lần nữa, tùy lượng nếp hong ít nhiều phải đảo vài lần cho đến khi thấy hạt nếp trong bóng lên và mềm là đã chín. Tắt bếp, giữ xôi trong tầng hấp cho xôi nóng lâu, ăn đến đâu xới ra đến đó. Nếu nấu nhiều như 3 - 4kg nếp cùng lúc trong xửng lớn thì mỗi khi đảo nếp phải vẩy đều lên mặt nếp ít nước lọc nguội.

7. Làm đậu phụng muối mè:

Tùy ý gia giảm trong khoảng:

- 100g đậu phụng rang vàng, đãi vỏ, giã nhuyễn.
- 50g mè trắng hoặc vàng rang chín, giã nhuyễn.

- Trộn đều đậu mè, trộn thêm vào khoảng 50 - 70g đường tùy khẩu vị, sau cùng nêm vào khoảng 1/2 muỗng cà phê muối cho thêm vị mặn.

- Nếu có dừa khô, nạo cơm dừa thành dạng sợi.

LƯU Ý

- Bới xôi ra đĩa, trải dừa nạo lên, rắc đều muối mè lên mặt xôi. Nên ăn nóng, nếu để nguội xôi sẽ cứng tuy nhiên nếu có nếp ngon, xôi có thể để đến nửa ngày vẫn mềm nhưng phải đậy kín kẻo khô mặt nếp. Nếu để xôi qua ngày hôm sau, muốn làm nóng lại hãy hấp lại với nồi nước nhỏ chứ đừng dùng lò viba, xôi vẫn nóng nhưng bị khô.

- Với cách hong chín, không dùng đậu mà chỉ dùng thuần nếp đã ngâm sẽ cho ra món xôi trắng, tùy ý ăn kèm lạp xưởng, xì dầu, thịt chà bông, thịt kho, quay các loại v.v...

- Sau cùng, nếu bạn đã có nếp, đậu mà không tiện tìm cho ra cái xửng trong khi chỉ muốn nấu chừng dưới 1kg nếp thì không cần ngâm nếp mà chỉ cần vo sạch, để ráo, thêm chút muối, nhưng các loại đậu thì phải sơ chế trước rồi cho vào nồi... cơm điện nhưng nhớ châm nước chỉ cao hơn mặt nếp từ khoảng 0,5 đến 1cm thôi... rồi bật nút ON và phó mặc tất cả cho ông Táo... điện (tùy loại nếp ngon dở, nếu có bị nhão thì... nấu lại và cho ít nước hơn hoặc ngược lại).

SƯỜN XÀO CHUA NGỌT

VẬT LIỆU

- Phần này chuẩn bị trước khoảng 2 giờ: Cà rốt, củ cải trắng, mỗi thứ 150g gọt vỏ, tỉa hoa, cắt ngang lát mỏng chừng 3 ly. Ngâm trong hỗn hợp dấm đường. Cách pha hỗn hợp dấm đường: Tùy chất lượng dấm đang có, dùng khoảng 50cc thêm vào gia giảm khoảng 100cc nước lọc cho hỗn hợp có vị chua nhẹ rồi nêm đường vào từ từ, khuấy tan để có vị ngọt nhẹ nhưng vị chua vẫn nhiều hơn, khi đã được, nêm vào ¼ muỗng cà phê muối cho hỗn hợp đậm đà. Khẩu vị người pha sẽ quyết định chất lượng hỗn hợp. Trước khi nấu, vớt ra khỏi hỗn hợp giấm đường, để ráo.

- 500g sườn heo non, chặt miếng cỡ 2 ngón tay, ướp trộn với 1 muỗng cà phê muối + ½ muỗng cà phê tiêu + 100g hành tím băm (hoặc tuỳ thích chọn hành tây trắng). Để thịt ướp qua 30 phút.

- 100g cà chua trụng qua nước sôi, lột vỏ, cắt ngang, bỏ hột, băm hoặc xay nhuyễn.

THỰC HÀNH

- Bắc chảo, phi thơm 2 hoặc 3 muỗng súp dầu chiên với 2 tép tỏi băm, đừng để tỏi cháy, cho sườn vào xào cho vàng, sau đó cho phần cà chua vào với ít nước sôi vừa đủ sấp mặt thịt, đậy nắp, để nhỏ lửa cho đến khi gần cạn nước, thịt vừa chín; vẫn để nhỏ lửa, cho cà rốt, củ cải trắng, củ kiệu vào xào đều trong vài phút nữa cho sườn thấm vị chua ngọt; pha 1 muỗng súp bột năng với ½ chén nước lạnh, vừa châm từ từ nước bột vào, vừa xào đều tay cho đến khi nước xào vừa quánh là được, không nhất thiết phải dùng hết nước bột. Tùy thích cho thêm vào một muỗng cà phê dầu mè đen. Tùy khẩu vị nêm lại với chút muối hoặc dọn kèm muối, tiêu, xì dầu, ớt tươi...

- Cho sườn ra đĩa, trải ngò cọng, rắc thêm tiêu bột.

* Lưu ý: Nếu thích, bạn có thể dùng thêm khoảng ½ muỗng súp gừng non, cắt sợi nhỏ, cùng ngâm dấm với cà rốt, củ cải... Nếu trong dịp Tết hoặc bạn đang có sẵn củ kiệu ngâm giấm đường, hãy cứ dùng thêm khoảng 100g (chẻ hai nếu củ lớn), dùng thêm với củ cải trắng, cà rốt... món sườn heo xào chua ngọt của bạn sẽ hấp dẫn hơn. Nhưng đó phải là củ kiệu đã ngâm qua ít nhất 5 ngày, nếu không kiệu sẽ còn hăng nồng

CƠM HẾN

NGUYÊN LIỆU

- 3 - 5kg hến sống còn vỏ.

- 1 lon gạo ngon.

- Rau ăn kèm gồm: xà lách, các loại rau thơm... lặt rửa sạch cắt sợi lớn, lỏi chuối non, bạc hà, khế chua ngọt... cắt sợi hoặc xắt lát mỏng.

- Gia vị và phụ gia: ớt bột xào với chút dầu phi tỏi, ớt tươi, tỏi tươi băm, muối mè rang, muối, đậu phụng để vỏ lụa chiên dòn, ruốc Huế pha loãng với ít nước sôi, gừng non cắt lát mỏng, da heo cắt sợi vừa chiên dòn hoặc tóp mỡ, khoai lang trắng luộc chín để nguội cắt nhỏ...

THỰC HIỆN

- Hến xốc rửa sạch vỏ, cho vào nồi, không cần châm nước, đậy nắp, chỉ trong vài phút, thấy nước bốc hơi, hến trên mặt nồi mở miệng đều, mang nồi xuống, dùng vải dày lót tay, nắm quai nồi xốc mạnh đều cho hến lóc nạc, lượm bỏ vỏ hến, đãi lấy nạc hến để riêng. Hến tự tiết ra nhiều nước trong nồi. Để nước luộc hến lắng trong, lược lại cho sạch qua một nồi nhỏ khác. Nước luộc hến đẹp có màu trắng đục. Giữ nóng nước luộc hến trên bếp, thả vào ít lát gừng nếu thích.

- Nấu cơm. Xới cơm cho tơi. Để nguội.

TRÌNH BÀY

Dọn một đĩa nạc hến. Để mỗi thứ gia vị trong mỗi đĩa, chén nhỏ. Một đĩa cơm nguội. Một đĩa rau các loại. Một tô nước hến thật nóng. Khi ăn, cho vào chén hoặc tô... rau, cơm, vài muỗng nhỏ nạc

hến, chan nước hến nóng vừa đủ ướt cơm. Vị nêm chủ yếu cho vừa miệng là muối và nước ruốc. Tùy khẩu vị, nêm các thứ gia vị cay vào từ từ và các phụ gia khác ít nhiều tùy ý. Trộn đều trước khi ăn.

MÌ QUẢNG

THỰC HÀNH – VẬT LIỆU

Sợi mì Quảng

Sợi mì Quảng mềm, có ba màu là màu trắng, màu tím than lạt và màu vàng nghệ. Sợi mì màu vàng là loại thông dụng và đặc trưng nhất cho mì Quảng. Sợi mì tráng bằng bột gạo tươi – giống như cách tráng bánh ướt – và bột tráng có pha bột nghệ, bánh được tráng dày gần 5 ly, sau khi tráng bánh được thoa dầu phụng rồi xắt sợi lớn. Sợi mì Quảng rất thơm mùi bột tươi, mùi dầu phụng và là món ăn tươi, không để lâu được. Sợi mì ngon là còn láng dầu phụng, để qua ngày, nếu trụng lại, mì sẽ không còn ngon.

NƯỚC DÙNG CHO MÌ QUẢNG

Hầm khoảng 500g xương heo với 3 lít nước + 50g hành tây. lấy già 2 lít nước dùng. Khi hầm nên nhỏ lửa cho nước chỉ vừa váng hơi và vớt bọt liền tay cho nước trong. Vớt bỏ xương, xác hành. Nêm vào 2 lít nước dùng: 1 muỗng cà phê muối + tiêu, bột ngọt, đường... mỗi thứ 1 muỗng nhỏ. Giữ nóng nước dùng trên bếp.

- Nếu muốn có chân giò hoặc sườn heo... chặt miếng ăn kèm mì thì ướp 1kg thịt với 1 muỗng cà phê muối + 1 muỗng nhỏ tiêu trong khoảng 30 phút rồi thả vào nồi hầm cho vừa mềm là vớt ra. Và tính cứ mỗi kg thịt cho vào nồi nước dùng thì thêm vào 1 lít nước sôi.

- Phi vàng chừng 3 - 4 muỗng súp dầu ăn với 1 muỗng súp bột màu điều, vớt bỏ hạt điều giữ dầu lại

- Tôm thịt xào: Tùy nhu cầu muốn làm ít nhiều. Thường là tôm thịt bằng nhau. Thử làm với 300g tôm thẻ hoặc tôm đất tươi, cắt bỏ đầu râu chân + 300g nạc mông hoặc tùy ý dùng ba chỉ, cắt

miếng mỏng. Trộn ướp đều vào tôm thịt ¼ muỗng cà phê muối + tiêu... mỗi thứ 1 muỗng nhỏ + ½ muỗng súp nước mắm +1 muỗng súp hành ta băm. Để trong 20 phút. Xào chín tôm thịt với chừng 2 muỗng súp dầu chiên rồi cho vào chảo xào vài vá nước dùng vừa sấp mặt tôm thịt, nấu thêm vài phút nữa là vừa được. Cho dầu phi màu điều vào vừa phải cho màu tôm thịt ửng đỏ đẹp. Nếu cho quá nhiều, món ăn dễ bị ngấy dầu mỡ. Giữ nóng chảo tôm thịt trên bếp.

PHỤ GIA ĂN KÈM

- Rau ghém gồm: xà lách ngắt khúc chừng 2cm. Rau thơm - húng lủi là loại rau thường được dùng nhiều nhất - các loại xắt nhỏ. Rau muống chẻ. Bắp chuối bào, giá sống (nếu thích). Trộn đều các thứ rau sau khi lặt rửa sạch và ngâm qua nước có pha 5% thuốc tím.

- Đậu phụng rang vàng, đải vỏ, giả nhỏ.

- Hành ngò xắt nhỏ.

- Ớt xào (phi thơm ít dầu với vài tép tỏi đập dập, cho ớt bột vào đảo nhanh tay, tắt bếp ngay)

- Hành ta phi vàng dòn.

- Bánh tráng mè nướng vàng.

- Chanh ớt, nước mắm nguyên chất.

TRÌNH BÀY MÓN ĂN

Dùng tô lớn cho vào ít rau các thứ, cho mì sợi vào 2/3 tô, múc ít nước dùng chan vừa ướt rau và mì, múc vào ít tôm thịt và nước xào, rắc ít đậu phụng, hành phi, hành ngò xắt nhỏ (nếu có giò hoặc sườn, trụng lại trong nước dùng cho nóng trước khi chia vào mỗi tô). Dọn kèm một đĩa rau, ớt xào, chanh, ớt tươi, nước mắm, bánh tráng nướng... Khi ăn tùy ý nêm gia vị và bóp vụn bánh tráng nướng vào tô, trộn đều.

Mì Quảng là món ăn khô, nước dùng chan vào chỉ vừa đủ ướt đều. Và mì Quảng thuần túy chỉ có tôm thịt, nếu thêm thịt gà, giò heo, tim cật... là tùy ý.

THỊT KHO NƯỚC DỪA

Công thức dưới đây dành để chế biến cho 6 người ăn. Món này ăn với cơm nóng, dưa chua và rất thích hợp với những ngày thời tiết mát mẻ.

NGUYÊN LIỆU:

- 1/2 kg thịt mông hoặc thịt đùi heo
- 1 trái dừa tươi
- 1 chén nước sôi
- Nước mắm ngon
- 4 tép tỏi
- 1 cục đường thẻ
- Gia vị

THỰC HIỆN:

Thịt cắt thành 8 hoặc 10 miếng vuông. Ướp thịt với tỏi giã nhuyễn và đường thẻ, gia vị nước mắm chừng 1 giờ cho thấm gia vị. Trứng luộc chín, bóc vỏ.

Nấu thịt và trứng vịt cho nước sắt lại (thịt săn), đổ nước dừa vào cùng với một chén nước sôi, cho lửa to. Khi nước dừa sôi thì vớt bỏ bọt, hạ lửa nhỏ liu riu, đậy vung lại và hầm cho chín nhừ. Nếm cho vừa ăn. Dọn ra đĩa. Miếng thịt lớn có thể cắt bé vừa miệng, trứng bổ làm đôi hoặc cắt thành bốn miếng.

CUA RANG ME CHUA

Đây là món hải sản được nhiều người ưa thích, tuy cách chế biến hơi cầu kỳ nhưng lại đem đến một hương vị khá hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- Cua thịt 2 con: 0,5 - 0,6kg/con
- Nước me chua: 1/2 chén ăn cơm
- Hành tây: 1 củ bổ múi cam
- Hành hoa băm nhỏ: 2 muỗng
- Bột gà: 1 muỗng nhỏ
- Đường: 2 muỗng nhỏ
- Tiêu bột, muối, ớt tươi, gừng (thái chỉ)

THỰC HIỆN:

Cọ sạch cua, cho cả con vào mỡ chiên rồi mới bóc bỏ mai, phổi. Cắt cua làm bốn, để lại mai để trang trí. Hoà nước me chua với đường, bột gà, tiêu, muối, nếm thấy chua dịu vừa ăn là được.

Phi hành khô, xào hành tây (đảo nhanh tay) rồi cho cua vào đảo đều. Cho nước me đã hoà vào đảo đều, rắc một chút bột đao. Nêm gia vị, cho hành hoa băm nhỏ, gừng, ớt vào đảo đều.

Xếp cua lại thành hình nguyên con, úp mai lên, bày cùng rau, củ tỉa hoa, ngổ, thơm.

CÁ CUỘN THỊT NẤM

Đây là món ăn ngon và nhiều chất dinh dưỡng. Thơm mùi cá, nấm, vị đậm đà của các gia vị. Món này phải ăn lúc nóng kèm với rau sống, bánh tráng.

NGUYÊN LIỆU:

- Cá fillet: 500 gr.
- Thịt lợn: 350 gr.
- Nấm hương: 100 gr.
- Trứng gà: 3 quả.
- Bột mì: 100 gr.
- Sốt chua: 100 ml.
- Nước mắm, tiêu, hành hoa.

THỰC HIỆN:

Cá lạng lát mỏng. Thịt lợn xay nhỏ, nấm hương, hành khô băm nhỏ. Trộn đều thịt lợn, nấm hương, hành khô, gia vị. Cuộn lại tẩm trứng và bột mỳ. Chiên vàng đều và chấm với nước sốt chua ngọt

GỎI MÍT TÔM THỊT

Món này thường dùng để khai vị, và cũng có tác dụng xoá đi cảm giác ngấy của những món ăn chính giàu chất mỡ, đạm. Chúc bạn thành công với công thức chế biến sau đây.

NGUYÊN LIỆU:

- 500g mít non luộc
- 300g tôm đất tươi
- 200g thịt ba rọi
- 2 trái chanh
- 2 trái ớt
- 2 muỗng súp nước mắm
- 100 g đường cát
- 50 g lạc rang
- 20 cái bánh phồng tôm chiên vàng
- 50 g rau răm
- 50 g tỏi

THỰC HIỆN:

Mít luộc rửa sạch bằng nước lạnh, bỏ hột, cắt lát mỏng. Tôm luộc bóc bỏ vỏ Thịt ba rọi luộc cắt sợi Rau răm cắt nhỏ

Nước chanh vắt pha với 3 muỗng đường

Nước mắm, đường, tỏi bằm và ớt bằm quấy đều

Cho 4 muỗng súp dầu ăn vào chảo rồi cho 2 muỗng súp tỏi băm vào phi thơm.

Cách trộn gỏi: Cho các hỗn hợp trên vào trộn đều cùng nước mắm, chanh đường, tỏi phi, nêm vừa ăn. Cho ra đĩa, rắc lạc, trang trí ớt tỉa hoa và ngò lên. Dọn ăn chung với bánh phồng tôm và nước mắm chua ngọt.

THỊT ĐÔNG

Món ăn này thích hợp cho những ngày thời tiết mát mẻ. Yêu cầu thành phẩm thịt phải mềm nhưng không nát sau khi chế biến, không bị vữa nước.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 giò heo trước chừng 1 kg
- 200 gr da heo
- 50 gr đậu Hà Lan trái
- 50 gr mộc nhĩ
- 15 ml nước mắm ngon
- Gia vị
- Cà rốt
- Củ kiệu trang trí

THỰC HIỆN:

Giò heo, da heo cạo và rửa sạch. Cho vào nồi, đổ nước ngập, luộc qua, vớt ra để nguội. Cắt thành những miếng mỏng vừa. Đổ nồi nước cũ, cho hết thịt vào một nồi nước mới luộc lại, nêm nước mắm, muối, mì chính. Khi thấy thịt sôi, vớt bỏ sạch bọt, nấu đến khi dùng đũa xăm thấy thịt chín mềm nhừ là đạt. Nhắc xuống, nêm nếm lần nữa cho vừa ăn. Đậu Hà Lan cắt ngắn, chẻ đôi, mộc nhĩ thái nhỏ, cà rốt tỉa hoa lá tùy thích. Tất cả nhúng chín trong nước sôi có bỏ chút muối, để ráo.

Xếp đậu cà rốt, mộc nhĩ vào đáy khuôn hoặc vào chén, múc ra bát để nguội. Cho vào ngăn lạnh, khi dùng lấy mũi dao tách thịt ra, úp ngược xuống đĩa.

CUA BẨY XÀO GỪNG, HÀNH

Với những món hải sản nếu không cẩn thận khi chế biến sẽ bị tanh, mất mùi vị. Nhưng với công thức dưới đây bạn sẽ dễ dàng có một món ăn ngon để cải thiện bữa cơm gia đình.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 con cua bẩy, 0,3-0,5 kg/con
- Trứng gà: 1 quả
- Hành tây: 1 củ bổ múi cam
- Hành khô: 2 muỗng băm nhỏ
- Hành hoa cắt khúc, gừng tươi tỉa hoa, thái mỏng.
- Bột mỳ, tiêu bột, muối, ớt tươi...
- Nước sốt: hoà một chút nước với một muỗng đường, 1 muỗng bột gà, 2 muỗng dầu hào.

THỰC HIỆN:

Cua bẩy làm sạch bóc bỏ phổi, mai để ráo, ướp hành khô băm, tiêu bột, muối và một chút đường để ngấm (15 phút), sau đó cho trứng đánh tan vào ướp cùng. Tẩm cua vào bột mỳ khô rồi chiên vàng. Cua to nên cắt đôi còn cua nhỏ để nguyên con.

Đun chảo nóng, cho dầu vào phi hành khô thơm, cho hành tây vào đảo nhanh, cho ớt thái lát, cua bẩy vào đảo nhanh tay sau đó cho nước sốt, hành hoa cắt khúc đảo đều.

Trình bày với rau, củ tỉa hoa.

NEM HẢI SẢN

Những ngày cuối tuần bạn có thể rảnh rỗi để tính chuyện làm một vài món ăn cầu kỳ thiết đãi bạn bè. Với công thức dưới đây bạn có thể đem lại một bữa ăn ngon miệng cho người thân.

NGUYÊN LIỆU:

- Bánh đa nem: 2 thếp
- Thịt cua: 200 g
- Tôm tươi: 200 g
- Miến: 100 g
- Dừa nạo: 30 g
- Trứng vịt: 2 quả
- Thịt nạc vai: 200 g
- Mộc nhĩ + nấm hương, rau sống
- Cà rốt, hành hoa, rau sống
- Dấm, ớt, tỏi hạt tiêu, dầu rán

THỰC HIỆN:

Mộc nhĩ, nấm hương, miến ngâm nở, cắt nhỏ. Thịt cua ngâm cho tan đá rồi nhặt hết sạn cứng. Tôm tươi bóc vỏ, bỏ đuôi, băm nhỏ. Cà rốt gọt bỏ vỏ, thái chỉ. Hành hoa nhặt sạch rễ và lá thái nhỏ. Thịt lợn băm nhỏ. Trộn thịt cua, tôm, thịt lợn, mộc nhĩ, nấm hương, hành, miến, cà rốt, dừa nạo và 2 lòng trứng cho thật đều.

Mở rộng bánh đa nem, cho một chút nhân vào rồi cuộn tròn lại sao cho nhân không hở ra ngoài. Khi dầu nóng già thì cho nem vào rán: (Chú ý để cho nhỏ lửa trở thật đều để nem không cháy mà vẫn vàng đều).

Rau sống nhặt rửa sạch, ngâm nước muối khoảng 15 phút vớt ra vẩy ráo nước. Tỏi bóc vỏ, đập dập, ớt tách bỏ hạt thái mỏng. Pha một thìa đường vào 1/3 bát nước lọc đun sôi, rồi cho tiếp vào đó 3 thìa to dấm, 2 thìa to nước nắm ớt, hạt tiêu, để làm nước chấm.

CƠM THẬP CẨM

Bạn muốn một bữa ăn thật phong phú và mới lạ, hãy thử làm món ăn này. Không mất quá nhiều công sức, các nguyên liệu cũng dễ kiếm mà cơm thập cẩm lại đem lại sự hấp dẫn đến bất ngờ.

NGUYÊN LIỆU:

- Gạo tẻ: 600 g
- Nấm hương: 30 g
- Thịt nạc vai: 100 g
- Cà rốt, đậu đũa, ngô bao tử: 300 g
- Giò lụa: 100 g
- Dưa chuột, gia vị, chanh

THỰC HIỆN:

Đậu nhặt bỏ xơ, ngâm rửa sạch thái khúc thật nhỏ. Cà rốt gọtbỏ vỏ, thái hạt lựu. Ngô bao tử rửa sạch, thái hạt lựu. Đun nước thật sôi cho đậu, cà rốt, ngô vào trần chín rồi để ráo nước. Nấm hương ngâm nở, rửa sạch, thái miếng vừa ăn. Thịt luộc chín vừa, xắt hạt lựu. Không nên luộc chín thịt quá vì khi nấu cùng cơm thịt sẽ bị khô, ăn bã. Nếu thịt nạc hơn thì ta có thể thay bằng thịt xá xíu vừa thơm lại mềm.

Gạo vo sạch cho vào nước luộc thịt để nấu cơm. Khi cơm sôi thì trộn đều tất cả các thứ đã chuẩn bị vào tiếp tục nấu cơm cho đến chín.

Dưa chuột rửa sạch, thái miếng vừa rồi ngâm chanh ớt, đường, gia vị để ăn kèm cùng với cơm cho đỡ ngán. Cơm chín, rưới nước xì dầu có dầm ớt lên trên ăn nóng.

NEM CÁ

Đây là món ăn có nguồn gốc từ nước Nhật. Khéo léo trổ tài chế biến bạn sẽ đem lại sự bất ngờ cho mọi người.

NGUYÊN LIỆU:

- Một khúc cá biển to, nạc thịt khoảng 300 g
- 50 g miến
- 1/2 mớ rau cải (50 g)
- 8 bánh đa nem
- Bột mì
- Dầu rán
- Rau sống

THỰC HIỆN:

Cá thái lạng thành miếng cỡ 2,5 x 4 cm, dày 1cm. Tẩm ướp với gia vị, hạt tiêu. Miến ngâm trong nước ấm 3-5 phút, vớt ra để thật ráo nước, cắt ngắn. Rau cải rửa sạch, cắt đôi, chần qua nước sôi.

Cuốn nem: Đặt bánh đa nem đã làm ẩm lên thớt khô, xếp lần lượt một chút rau, miến và miếng cá rồi cuốn lại. Rắc chút bột mì quanh miếng nem giúp cho nem khô, ròn và màu vàng đẹp.

Khi dầu trong chảo được đun nóng già, cho nem vào rán, vặn nhỏ lửa rán đến khi nem vàng đều thì vớt ra xếp lên đĩa. Khi ăn chỉ cần cắt đôi cái nem và ăn kèm với rau xà lách, nước mắm giấm, đường tỏi.

Dùng một đĩa to bày rau sống vào một bên, xếp nem vào một bên đĩa, sẽ làm nổi bật màu vàng rộm của nem.

ỐC LEN XÀO DỨA

Đôi khi món ăn chay lại đem đến một khẩu vị mới không kém phần hấp dẫn mà vẫn đảm bảo đủ chất dinh dưỡng. Ốc len xào là một món ăn như vậy.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 gr bột năng
- 200 gr đậu nành
- 200 gr dừa bào vắt nước cốt, một ít bột khoai môn tím, phẩm màu thực phẩm vàng nhạt, rau răm, ớt, ngò...

THỰC HIỆN:

Đậu nành ngâm nước cho mềm xay nhuyễn, lọc lấy nước sữa đậu nành sống trộn với bột năng và một ít dầu ăn.

Số bột trên chia ra làm 3 phần bằng nhau. Một phần để nguyên, một phần trộn với một ít bột môn tím, một phần cho vào ít phẩm vàng nhạt.

Nặn bột thành ruột ốc len có 3 màu: tím môn, trắng và vàng nhạt. Nước cốt dừa cho thêm đường, muối, đun sôi thả ốc len vào nấu lại 7 phút.

LẨU HẢI SẢN

Trong tiết trời se lạnh, cả nhà cùng quây quần bên nồi lẩu nóng hổi, vừa ăn vừa xuýt xoa trong câu chuyện rôm rả thì còn gì tuyệt hơn nữa.

NGUYÊN LIỆU:

- 100 gr bột năng
- 200 gr bột đậu nành
- 100 gr tàu hũ ky
- 50 gr nấm rơm
- Một ít muối, chanh, sa tế, riềng, sả...
- Bông cải, mía lau, củ sắn đủ nấu 1 lít nước dùng
- Rau tần ô, thiên lý, so đũa, bông bí

THỰC HIỆN:

Lấy bông cải, mía lau, củ sắn rửa sạch nấu lấy 1 lít nước dùng cho thêm chanh, ớt sa tế, bột ngọt, đường muối.

Đậu nành ngâm nước cho nở mềm, xay nhuyễn. Lấy một nửa lọc lấy nước sữa đậu nành sống trộn với 50 gr bột năng và một ít dầu ăn để nặn thành những con mực, điểm thêm hạt tiêu làm mắt mực. Số bột còn lại thêm ít bột môn tím và một ít phẩm vàng nhạt để nặn ra những ruột ốc len.

Phần đậu nành xay nhuyễn còn lại để nguyên không lọc trộn với bột năng, thêm một ít phẩm đỏ (thực phẩm) để nặn ra những con tôm. Tàu hũ ky, nấm rơm xào vàng, đổ nước dùng đem đun sôi.

Khi ăn thả tôm, mực, ốc và rau tần ô, bông bí, thiên lý, so đũa, ăn nóng.

CÁNH GÀ CHIÊN NƯỚC MẮM

Khi gia đình có khách, bạn muốn dành nhiều thời gian trò chuyện đồng thời vẫn chiêu đãi bạn bè món ngon, thì đây là gợi ý cho bạn.

NGUYÊN LIỆU:

- Cánh gà: 4 cái;
- Bột năng: 100 g;
- Tỏi băm: 2 muỗng;
- Nước mắm: 2 muỗng;
- Tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Cánh gà làm sạch, để ráo, ướp tỏi + nước mắm + đường + 1/2 muỗng tiêu trong khoảng 15 - 30 phút.

Sau đó cho 3 muỗng bột năng vào trộn đều.

Chờ chảo nóng, cho cánh gà vào chiên.

Chấm với muối tiêu chanh.

CÁ BƠN TẨM RƯỢU BỎ LÒ

Tuy chế biến hơi cầu kỳ một chút nhưng bù lại bạn sẽ có một món ăn hấp dẫn và sang trọng

NGUYÊN LIỆU:

- Cá bơn: 1 con 300gr
- Rượu đỏ: 1/4 lít
- Khoai tây: 200 gr
- Rau non
- Hành tăm: 100 gr
- Tủy bò: 10 gr
- Nước dùng cá: 0,5 lít
- Tỏi, bơ, mùi tây, đường, muối, hạt tiêu, bột canhr.

THỰC HIỆN:

Cá bơn lột da, khía dọc xương sống để mổ, làm sạch thấm khô.Đổ rượu đỏ, muối, hạt tiêu, hành tăm thái lát vào chảo, xào bơ nhồi vào bụng cá sau đó bỏ lò trong 10 phút. Vừa chín tới vớt ra. Rượu vang đỏ, lọc mịn, cô cạn cùng nước dùng cá, nêm muối tiêu, chút đường và bột canhr. Cho ít bơ vào quấy đều.

Khoai tây gọt vỏ cắt làm 6 phần hình tròn. Luộc chín, xào bơ, hạt tiêu, muối, mùi (ngò). Rau non luộc qua xào bơ, muối, hạt tiêu, mùi (ngò).

Đặt cá vào giữa, dội nước sốt xung quanh. Bày khoai tây quanh cá. Rau non bày trên phần đầu cá. Tủy bò thái nhỏ, chần qua, trộn với hành tăm băm nhỏ, muối, hạt tiêu và mùi. Bày xen kẽ giữa khoai tây. Hành tăm thái lát xào mềm rắc xung quanh cá.

CÁ NẤU DẤM

Thịt cá vàng màu nghệ, nước dùng không tanh, màu sắc hấp dẫn mà dậy mùi hành, thìa là. Đó là cảm quan của bát canh. Đặc biệt, điều hấp dẫn thực khách chính là vị ngọt đậm đà, béo và chua dịu.

NGUYÊN LIỆU:

Cá chép (cá trắm): 1 kg

- Mỡ nước: 0,1 kg
- Quả dọc (khế): 0,2 kg
- Nghệ: 0,03 kg
- Cà chua: 0,1 kg
- Nước dùng: 2,5 l
- Nước mắm, muối, mì chính, hành hoa, thìa là, rau ghém.

THỰC HIỆN:

Lựa cá to móc bỏ mang, mổ bỏ ruột, rửa sạch để ráo, cắt thành từng khúc khoảng 0,1-0,2 kg ướp với ít muối và nước nghệ vắt. Quả dọc nướng chín bóc vỏ. Cà chua vắt bỏ hột, thái miếng cau để sẵn. Hành hoa, thìa là thái nhỏ, phần gốc hành để riêng.

Đặt nước dùng lên bếp đun sôi, nêm vừa muối.

Cho mỡ vào chảo đun nóng già, bỏ cá vào rán qua hơi vàng, vớt ra.

Mỡ còn lại cho gốc hành và quả dọc vào xào thơm, trút sang nồi nước dùng để sôi lại mới bỏ cá vào, cho tiếp tục đun nhỏ lửa sôi lăn tăn. Khi cá chín kỹ cho cà chua, vài ba phút sau cà chua chín, nêm vừa mắm muối, mì chính là được, cho hành hoa, thìa là.

BÒ CUỐN LÁ CẢI

Khi ăn cuốn thịt bò vào lá cải cùng các gia vị khác như khế, chuối, dưa chuột, gừng, cà chua, hành, rồi chấm với nước chấm đã pha. Món này có thể ăn cùng với bún hoặc bánh mì mềm.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg thịt bò thăn
- 2 mớ to rau cải mỡ (lá đều nhau)
- 1 chai tàu vị yểu Hương nấm
- 1 tuýp mù tạt Wasabi (Nhật Bản)
- 1 củ gừng tươi
- 2 quả chuối xanh
- 2 quả khế chua
- 2 lạng hành tươi
- 2 củ hành khô
- 2 củ tỏi khô
- Dưa chuột, cà chua, rau thơm, dấm, mắm, muối, mì chính...

THỰC HIỆN:

Thịt bò thái con chỉ rộng 2 cm, dài 1,5 cm, sau đó cho vào bát ướp 1 thìa cà phê nước mắm ngon và một thìa cà phê mì chính để ngấm trong 10 phút. Trần qua nước sôi trước khi ăn 5 phút.

Pha nước chấm là khâu khá quan trọng: rót nửa chai Tầu Vị Yểu Hương Nấm vào bát to, thêm một nửa tuýp mù tạt, tỏi, hành bóc vỏ đập nhỏ cho vào, cho một thìa cà phê đường, một thìa cà

phê dấm, sau đó khuấy đều nêm thấy độ mặn ngọt chua cay vừa phải quện vào nhau thế là đạt yêu cầu.

Rau cải rửa sạch và rửa thêm một lần bằng nước muối.

Hành tươi bỏ 1/2 thân trên rồi tước nhỏ. Khế chua, chuối xanh, dưa chuột thái lát mỏng bày ra đĩa cùng với cà chua, gừng thái chỉ.

CANH SƯỜN CHUA

Sườn chín mềm nhưng vẫn nguyên miếng, nước canh nhiều mầu sắc và đủ vị chua ngọt nhưng hành, rau thơm vẫn có màu xanh. Đó là yêu cầu thành phẩm của món ăn này.

NGUYÊN LIỆU:

- Sườn thăn: 1 kg
- Cà chua: 0,3 kg
- Quả muỗm (sấu): 0,1 kg
- Gia vị, mì chính, hành, rau thơm.

CÁCH LÀM:

Sườn rửa sạch để ráo, chặt đốt khoảng 2 cm.

Cà chua thái miếng cau, thơm, hành rửa sạch thái sẵn.

Phi hành, cho cà chua vào đun cho tới khi chín nhuyễn, cho sườn vào đảo qua, đổ một lượng nước vừa đủ, nêm gia vị.

Đun nhỏ lửa mở vung cho tới khi sườn mềm, thả cà chua thái miếng và quả muỗm luộc chín, dầm nát lọc lấy nước.

Đun thêm khoảng 5 phút nêm gia vị, mì chính cho vừa, thả thơm hành vào rồi bắc ra.

CÁ SỐT HẤP TRỨNG

Đây là một món ăn sang trọng có thể thích hợp cho những bữa tiệc, và ngay cả những bữa ăn mang tính sum họp.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g con cá hường, làm sạch, đánh vẩy rửa với nước pha rượu và muối
- 100 g cá hồi, cắt hạt lựu
- 100 g thịt nguội, cắt hạt lựu
- 4 quả trứng gà
- Mùi tàu, cắt nhỏ
- Muối, tiêu, đường, rượu trắng.

THỰC HIỆN:

Cá hường lóc lấy thịt cá chừa đuôi và đầu. Phần thịt cá cắt hạt lựu. Trộn hỗn hợp: thịt cá, cá hồi, thịt nguội. Nêm muối, tiêu, đường, rượu trắng, mùi. Trứng gà đánh tan, nêm muối, tiêu, đường.

Trộn chung với chút hỗn hợp thịt cá và sang qua đĩa, đem hấp khoảng 1 phút.

Đặt mình cá và phần thịt còn lại lên phần trứng vừa hấp và tiếp tục hấp khoảng 4 phút.

CHẢ CÁ

Đây là một món ăn khá hấp dẫn về hươngvị. Điều đặc biệt là món ăn này vừa có tính sang trọng lại vừa bình dân. Thích hợp cho mọi bữa ăn.

NGUYÊN LIỆU:

- Cá lăng hoặc cá quả 1,5 kg
- Lạc rang 150 gr
- Hành lá 200 gr
- Hành củ 500 gr
- Bún 600 gr
- Thìa là 6 mớ
- Mắm tôm 3 thìa canh
- Bỗng 3 thìa canh
- Dầu ăn
- Nghệ 50 gr
- Riềng 100 gr
- Nước mắm, chanh, ớt, bánh đa ăn kèm, bột canh.

THỰC HIỆN:

Rửa sạch thăn cá. Cắt thành từng miếng 3x4 cm.

Gọt vỏ riềng và nghệ, giã nhỏ, sau đó cho nước vào để vắt lấy nước cốt. Lọc mắm tôm và bỗng để lấy nước cốt ướp cá với nước gừng riềng, nước mắm tôm, bỗng, bột canh. Nêm vừa nước mắm và hạt tiêu xay nhỏ. Để khoảng 3 tiếng cho ngấm mắm muối.

Rang và giã vỡ lạc (đậu phộng). Thái nhỏ hành lá, phi thơm hành trong dầu ăn cho đến khi chín vàng. Cắt hành củ theo hình quân cờ. Nướng cá trên than hoa cùng với hành củ và thìa là. Sau đó rán vàng cá trong chảo dầu nóng. Phi thêm một chút hành củ và thìa là để rắc lên trên cá ăn nóng cùng bún, bánh đa nướng, lạc rang, hành phi, nước chấm pha dấm tỏi hoặc mắm tôm vắt chanh.

TỔ CHIM

Chỉ hơn 10.000 đồng là bạn có thể có một món ăn cho 10 người. Cách chế biến cung tương đối đơn giản.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 củ khoai lang bí, chọn khoai đỏ, ngọt, rửa sạch, gọt vỏ, thái sợi.
- 200 g giò sống
- 20 quả trứng cút
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN

Cho dầu ngập chảo, đợi dầu thật sôi, cho khoai lang vào, chiên vàng giòn. Vớt ra rổ, để ráo dầu.

Nước sôi, cho trứng cút vào luộc chín, vớt ra, cho vào nước lã, bóc bỏ vỏ.

Quết giò sống với một ít muối, tiêu, đường cho thật dẻo. Bọc giò sống xung quanh trứng cút, để đầu trứng nhú ra ngoài. Cho trứng vào xửng, hấp chín.

THƯỞNG THỨC:

Xếp khoai lang chiên giòn xung quanh rổ, đặt trứng cút vào giữa.

Dùng nóng, dọn kèm với tương ớt.

Yêu cầu: Khoai lang chiên giòn không cứng và không thấm quá nhiều dầu.

CƠM CHÁY

Với cách chế biến đơn giản bạn có thể dễ dàng tự làm một đồ nhậu khá hấp dẫn. Món này ăn nóng nên chỉ rán cháy khi chuẩn bị ăn.

NGUYÊN LIỆU:

- Gạo nếp: 1 kg
- Thịt lợn xay: 1 hộp
- Thịt bò: 200 g
- Dầu rán, gia vị, hành, tỏi

THỰC HIỆN:

Nếp chọn loại hạt tròn, mẩy đều, thơm. Ngâm gạo 2 tiếng sau đó đãi sạch, để ráo nước. Rồi nấu thành cơm nếp. Khi cơm nếp đã chín, đổ cơm ra khay rồi dùng muôi ướt vừa ấn dàn thật mỏng sao cho chúng giống như một miếng cháy thật. Cho vào tủ lạnh 4-5 tiếng để cơm cứng lại rồi cắt chúng thành những miếng vừa phải.

Hành, tỏi bóc bỏ vỏ, băm nhỏ. Thịt bò rửa sạch thái miếng mỏng, băm thật nhỏ. Cho hai thìa dầu ăn vào chảo, đun nóng cho hành tỏi vào phi thơm rồi cho thịt bò vào xào chín tới. Đổ thịt xay vào xào cùng, nêm gia vị cho vừa để làm nước xốt (có thể cho thêm vào một chút ớt bột).

Đổ nhiều dầu vào chảo, đun cho dầu thật nóng, thả từng miếng cơm vào rán thật vàng. Rồi xếp ra một khay lớn có lót giấy thấm, rồi mới xếp lên đĩa. Khi ăn, rưới nước xốt lên miếng cháy.

TÔM CHIÊN KHOAI

Sự kết hợp giữa tôm và ngô khoai, những món quà quê, đã tạo thành một món ăn khá hấp dẫn và có hương vị rất lạ miệng.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g sắn dẻo, bóc vỏ, ngâm nước lã hoặc nước vo gạo 30 phút, vớt ra. Bào sắn nhỏ, cho vào một chiếc khăn mỏng sạch, vắt bỏ nước
- 300 g khoai lang rửa sạch, gọt vỏ, cắt khoanh
- 100 g bột ngô
- 500 g tôm đất, bóc vỏ, chừa đuôi, rút chỉ đen, rửa sạch
- 1 quả trứng gà
- Cải xoong hoặc rau đắng để trang trí, rửa sạch để ráo
- Hành tím bóc vỏ, băm nhỏ
- Muối tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp tôm với gia vị, để 10 phút

Hấp khoai lang chín quết cho dẻo Trộn đều sắn bào, khoai lang, trứng gà, gia vị, chia thành từng viên nhỏ, bọc tôm vào giữa, nắn đều, chừa đuôi tôm ra ngoài Dầu nóng, lăn tôm qua bột ngô, thả vào chảo, chiên vàng giòn Thưởng thức: Xếp rau đắng lên đĩa, xếp tôm xung quanh. Dùng nóng với tương ớt

NGÔ XÀO TÔM

Nguyên liệu rất dễ tìm. Món ăn ngon nhưng không quá khó

Thực hiện, đặc biệt nó rất phù hợp với túi tiền của nhiều người.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 bắp ngô lớn, chọn ngô non, đều hạt, tách lấy hạt.

-100 g tôm khô, ngâm nước ấm, xả sạch lại bằng nước lã, để ráo

- 30 g hành lá, rửa sạch, gốc hành giã nhuyễn, lá hành thái nhỏ

- Muối, đường

THỰC HIỆN:

Cho ngô vào xửng, hấp chín (cũng có thể để nguyên bắp, hấp chín rồi tách hạt sau) Dầu nóng, cho đầu hành đã giã nhuyễn vào chảo, phi thơm. Cho tôm khô, đảo đều cho tôm vàng. Tiếp tục cho ngô vào xào với lửa vừa, cho hành lá vào, trộn đều. Nêm muối và một ít đường. Thưởng thức:

Dùng nóng. Nếu thích dùng cay, bạn có thể dọn ngô xào kèm với tương ớt. Ngoài ra, trong lúc chế biến bạn cũng có thể cho một ít ớt bột vào món ăn.

Yêu cầu:

Ngô dẻo, tôm vàng giòn.

CANH HẾN NẤU CHUA

Canh chua dịu, ngọt và thơm vị hến, rau răm. Đây là một món ăn khá hấp dẫn trong những ngày hè. Chỉ cần thêm vài quả cà pháo muối xổi, đậm mặn giòn tan, bạn sẽ chẳng thể quên cái hương vị đồng quê.

NGUYÊN LIỆU:

- Hến: 1 kg
- Cà chua: 300 g
- Me quả: 100 g
- Rau răm, hành hoa, gia vị, mì chính.

THỰC HIỆN:

Hến rửa sạch, để ráo rồi cho vào nồi luộc cho tới khi mở miệng, đổ ra rá để ráo nước rồi đãi vỏ. Nước hến để lắng rồi gạn lấy phần nước trong bên trên. Cà chua thái miếng mỏng. Luộc quả me rồi vớt ra dầm nát, chắt lấy nước. Các loại hành hoa, rau răm nhặt sạch, thái nhỏ để riêng.

Phi thơm hành mỡ rồi cho con hến vào xào săn, nêm mì chính, gia vị cho vừa ăn rồi đổ ra một bát riêng. Phi thơm hành khô rồi xào tiếp cà chua cho tới khi chín mềm, cho tiếp con hến vào xào thêm chừng 1 phút rồi đổ phần nước hến vào, đun sôi. Thêm gia vị cho vừa ăn rồi bắc ra, cho rau răm, hành hoa vào.

BÒ SỐT GAN

Một bữa điểm tâm nhẹ nhàng, hay mộtbữa ăn theo phong cách Âu thì đây là một thực đơn khá hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- 100 g thịt bò mềm
- 1 bộ gan gà
- 1 trứng gà
- 10 g đậu Hoà Lan hạt
- 1 củ hành tây nhỏ
- 1 thìa canh xốt cà chua
- Đường, dầu ăn, xì dầu, bơ lạc, tiêu, muối

THỰC HIỆN:

Thịt bò cắt miếng khoảng 3 cm vuông, đập nhẹ cho thịt thật mềm, ướp thịt với xì dầu, dầu ăn - gan gà băm nhỏ.

Hành tây băm nhỏ, đậu Hoà Lan luộc chín, xào hành tây, tỏi cho thơm, cho gan gà vào xào cho đến khi chín, cho xốt cà chua, đậu Hoà Lan hạt, đường, nếu nhạt cho thêm muối.

Cho bơ vào chảo gang có hình đầu bò, bơ nóng nhảy, cho thịt bò vào trở đều hai mặt, sau đó cho xốt gan lên miếng thịt bò, đập trứng gà cho vào cạnh chảo, trứng chín tái là được, dùng chung với bánh mì.

KIM TIỀN KÊ

Đây là món ăn rất thích hợp cho những bữa tiệc ngoài trời, hay chuyến đi picnic. Hãy cùng khám phá một hương vị đặc biệt của thịt gà.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g thịt ức gà
- 100 g mỡ gáy
- 2 cây lạp xưởng
- 100 g thịt thăn
- Rượu thơm
- Ngũ vị hương, muối, tiêu, đường, xì dầu, dầu hào, hạt nêm

THỰC HIỆN:

Thịt ức gà, thịt thăn cắt miếng vuông, dày khoảng 0,5 cm

Lạp xưởng chọn loại to, cắt khoanh tròn, dày như miếng thịt. Ướp tất cả với 1 ít tiêu, đường, hạt nêm, rượu thơm, xì dầu, dầu hào khoảng 3 tiếng cho thấm gia vị.

Mỡ gáy cắt miếng như thịt, ướp với đường, để chỗ nắng hay nóng cho đến khi mỡ trong vắt. Xiên thịt vào que nướng lần lượt như sau: thịt gà, mỡ, thịt heo, mỡ, lạp xưởng. Nướng vàng, xếp ra đĩa. Dùng chung với xì dầu, ớt cắt lát.

THỊT BÒ XÀO CỦ SEN

Khi thực hiện món ăn này lửa phải to, thao tác nhanh tay, đừng để thịt bò trên bếp lâu sẽ không ngon. Đây sẽ là món ăn khá hấp dẫn và lạ miệng cho những bữa ăn cải thiện.

NGUYÊN LIỆU:

- Thịt bò phi lê: 300 g (hoặc thăn bò)
- Củ sen: 200 g
- Hành hoa
- Tỏi: 1 củ
- Ớt đỏ: 1 quả
- Ớt xanh: 1 quả
- Ớt quả khô: 1 quả
- Dứa: một miếng nhỏ
- Gia vị, dầu hào, bột đao, dầu ăn, tiêu bột, dấm đen (nếu không có thay bằng dấm trắng cũng được).

THỰC HIỆN:

Thịt bò thái miếng to đập dập như bò bít tết. Tẩm 1 ít gia vị, hạt tiêu, dầu hào, dứa đập giập lấy ít nước (nhớ là nước dứa trước khi rán bò khoảng 10 phút hãy cho, còn sớm quá bò sẽ nát), sau đó miếng bò lại thái nhỏ thành từng miếng như quân cờ.

Củ sen gọt vỏ thái miếng như quả trám nhỏ luộc chín.

Hành hoa thái đoạn, ớt quả khô cắt miếng nhỏ bỏ hạt, tỏi thái lát mỏng, ớt xanh, ớt đỏ thái hạt lựu nhỏ.

Bắc chảo dầu nóng cho bò vào rán chín (nhưng đừng kỹ quá bò sẽ khô xác), vớt ra để ráo dầu.

Đặt chảo sạch lên trên, cho một chút dầu vào rồi cho tỏi, hành, ớt, củ sen, bò vào đảo đều, cho 1 thìa canh dầu hào vào, 1 chút nước nêm gia vị vừa đủ. Cho 1 thìa cà phê dấm sao cho hơi chua là được. Xuống bột đao đảo đều lên là được.

BÒ NGŨ VỊ

Đây là một món ăn nguội, thích hợp cho những chuyến đi picnic hay những bữa nhậu lai rai. Cách chế biến khá đơn giản mà cũng không phải chi quá nhiều tiền.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g thịt bò bắp.
- Nước mắm, xì dầu, đường, hạt nêm.
- Đại hồi, tiểu hồi, đinh hương, thảo quả, quế chi.

THỰC HIỆN:

Chọn thịt bò bắp, rửa sạch, lóc bỏ những phần nhỏ bám quanh thịt bò.

Đại hồi, tiểu hồi, đinh hương, thảo quả, quế chi, rang thơm cho vào miếng vải gói lại.

Cho nước mắm, xì dầu, đường, hạt nêm và 2 chén nước vào nồi cho gói ngũ vị vào đun khoảng 10 phút.

Cho thịt bò vào đun sôi, hớt bọt, giảm nhỏ lửa nấu cho đến khi thịt bò mềm, vớt ra để nguội.

Khi dùng cắt miếng mỏng.

THƯỞNG THỨC:

Ăn kèm với dưa chuột hay đồ chua

CHẢ GIÒ MI NI

Những chiếc nem này sẽ đem lại sự sinh động cho bàn tiệc. Hãy để thực khách thưởng thức sự hấp dẫn của món ăn và tài khéo léo của bạn.

NGUYÊN LIỆU:

- 8 bánh tráng lớn để cuốn chả giò
- 1/3 tách ớt tây xanh băm nhuyễn
- 2 thìa nhỏ nước tương đậu nành
- Dầu chiên ngập chả giò
- 6 con tôm bạc cỡ trung, lột vỏ bóc chỉ rồi băm nhuyễn
- 2 cây hành lá băm nhuyễn
- 1/4 tách giá sống
- 1 thìa nhỏ bột gừng
- 1 nước chấm chua mặn

THỰC HIỆN:

Trộn hành, ớt tây, giá, gừng, tôm và nước tương vào chén cỡ Cắt chéo góc bánh tráng ra làm hai. Lấy miếng vải ướt lau lên đó Xúc hai thìa nhỏ hỗn hợp trên đổ lên góc bánh tráng. Gấp mép lại rồi cuốn. Thoa nước vào cuối mép bánh rồi miết cho dính

Vặn lò lên 187 độ C, đun sôi dầu trong chảo. Từ từ cho cuốn vào dầu sôi. Chiên cho tới khi chả giò và vàng. Sau đó gắp lên giấy thấm cho ráo dầu, chiên hết rồi dọn ra, ăn với nước mắm chua ngọt.

CÁ BAO XOÀI TẨM BỘT RÁN

Đây là món ăn theo phong cách của người Trung Quốc, một sự kết hợp tài tình giữa hoa quả và thực phẩm. Ngon, ngọt, thơm đó chính là sự hấp dẫn của món ăn.

NGUYÊN LIỆU:

- Xoài: 1 quả
- Cá quả phi lê, lọc bỏ da, xương: 300 g
- Bột chiên tôm: 1 gói
- Tỏi: 1 củ
- Nước mắm, dấm, mì chính, đường

THỰC HIỆN:

Cá quả thái miếng dày khoảng 0,6 cm, dài 6 cm, rộng 3 cm (sau đó xẻ làm đôi nhưng không rời ra)

Xoài gọt vỏ, thái miếng mỏng 0,3 cm, dài 5 cm, rộng 2 cm

Bột chiên tôm, cho nước vào từ từ đánh đều lên. Lấy đũa nhúng vào mà thấy bột dính đều lên đũa, không chảy xuống là được 1 miếng tách cá ra đặt một miếng xoài vào giữa, nhúng vào bột.

Bắc chảo dầu nóng (nhỏ 1 giọt bột vào thử, thấy bột nổi lên nở ra là được). Thả miếng cá bao xoài đã tẩm bột vào rán vàng lên. Chú ý lửa đừng to quá làm miếng cá tẩm bột cháy mà bên trong không chín còn lửa nhỏ miếng cá bột lại không nở.

Pha nước chấm mắm, dấm, tỏi, đường (tuỳ khẩu vị). Món này ăn kèm rau sống.

MỰC HẤP GỪNG

Với khoảng 20.000 đồng là bạn có thể chế biến được một món hải sản cho bữa ăn cuối tuần này. Bỏ một chút thời gian để tỉa hoa, trình bày đĩa mực sẽ trở nên hấp dẫn vô cùng.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g mực lá, rửa sạch với nước pha rượu trắng, khứa vảy rồng, thái miếng vừa ăn
- 1 nhánh gừng nhỏ, gọt vỏ, thái miếng mỏng, tỉa hoa
- Mắm tôm
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Xếp mực và gừng vào một bát lớn Chuẩn bị xửng, nhấc lên bếp đun. Chờ khoảng vài phút, mực chín, lấy ra khỏi xửng. Trong thời gian chờ mực chín, pha mực tôm chua ngọt. Thưởng thức: Múc mực ra đĩa, trang trí vài nhánh rau mùi. Nếu thích ăn cay, cho thêm ớt thái sợi. Dọn kèm với mắm tôm chua ngọt. Có thể thay thế bằng mắm nêm hay muối tiêu chanh.

Mực hấp gừng ăn ấm bụng. Món này thích hợp cho những ngày trời trở lạnh.

MỰC CHIÊN GIÒN

Đây sẽ là món nhậu khá hấp dẫn phù hợp cho những bữa tiệc tiếp khách hay một bữa ăn cải thiện của gia đình. Khéo léo một chút khi trình bày sẽ tăng thêm phần ngon miệng cho thực khách.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g mực ống, chọn con vừa, làm sạch. Tẩy mùi tanh của mực bằng nước có pha rượu trắng, để ráo, thái khoanh
- 200 g bột năng
- Dầu ăn
- Tương ớt
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp mực với ít muối, tiêu. Để vài phút cho mực ngấm gia vị Xóc mực cùng với bột năm. Cũng có thể thay bột năng bằng bột

chiên giòn Cho dầu ngập ½ chảo. Chế biến món này cần phải có nhiều dầu. Dầu càng ngập, miếng mực chiên xong sẽ có độ xốp và giòn. Dầu sôi, cho mực vào chiên. Mực vàng, vớt ra để ráo dầu. Có thể dùng loại giấy thấm dầu thức ăn để làm ráo dầu. Thưởng thức:

Dọn chung với tương ớt hay tương xí muội

Có thể dùng kèm với dưa leo.

KHOAI TÂY CHIÊN GIÒN

Giá thành của món ăn này chỉ khoảng vài nghìn đồng. Sau khi chiên, để nguội cho vào hộp kín hoặc từng bịch nilon dán kín lại là có thể dùng lâu ngày hoặc đem theo những chuyến picnic.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg khoai tây to, già, màu vàng
- 1,5 trái chanh + 3 thìa súp muối hạt
- 3 thìa cà phê tiêu xay nhỏ
- 3 thìa cà phê muối tinh
- Dầu chiên

THỰC HIỆN:

Khoai tây gọt vỏ, bào mỏng. Nước lạnh pha muối, vắt chanh vào, bỏ khoai tây vào ngâm ngập mặt 15 phút, rửa sạch, dùng vải mùng sạch thấm cho ráo khoai.

Tiêu + muối tinh trộn đều

Cho nhiều dầu vào chảo đun nóng, cho khoai vào (chia làm 4 lượt), không đảo. Khi khoai bắt đầu có màu vàng dùng sạn xóc đều. Khoai vàng, giòn lấy ra, rắc tiêu, muối vào xóc đều.

MỰC TRỘN BÔNG CẢI

Món mực này có thể dùng thay thế món xào trong bữa cơm hàng ngày.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g mực lá, rửa sơ qua bằng nước có pha rượu trắng, khứa vảy rồng, thái miếng vừa ăn.
- 300 g bông cải xanh, thái miếng
- Gừng gọt vỏ, thái sợi
- Hành tây thái mỏng theo chiều dọc
- Dấm
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Trụng mực và bông cải với nước sôi. Muốn bông cải giữ được màu xanh đẹp, bạn chỉ nên trụng vừa chín tới Pha hỗn hợp dấm, muối, tiêu, đường, dầu ăn (theo tỷ lệ 1 thìa dấm, 2 thìa đường, 1 chút muối, 2 thìa dầu ăn) Trộn hỗn hợp dấm với mực, bông cải, hành tây, gừng

THƯỞNG THỨC:

Dùng với nước tương ớt.

CÁ MÚ CHƯNG KỲ LÂN

Hơi cầu kỳ một chút nhưng đổi lại bạn có được một món ăn sang trọng và ngon miệng. Với món ăn này anh ấy sẽ rất ngạc nhiên và thú vị về tài nấu bếp của bạn đấy.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 con cá mú nặng 1 kg
- 8 cái nấm đông cô
- 8 miếng dăm bông nhỏ
- 8 miếng gừng
- 2 thìa dầu hào, nước tương, dầu mè, nước dùng (nước luộc gà), muối, tiêu

THỰC HIỆN:

Cá làm sạch, bổ dọc đôi theo cá, lóc bỏ xương ống, rắc muối tiêu, dầu mè, nhét thịt dăm bông, nấm đông cô, gừng vào bên trong con cá, bên ngoài cắt xéo.

Đặt cá lên đĩa, hấp cách thuỷ khoảng 20 phút. Hấp xong lấy nước cá và nước dùng, muối, tiêu, đường, dầu hào, mè, xì dầu đen nước tương, đun sôi và cho một ít bột năng vào làm nước sốt.

Cá chín, rưới nước sốt lên cá. Món này ăn nóng.

TÔM TẨM BỘT

Chỉ cần bỏ ít thời gian và khéo léo một chút là bạn có thể chế biến được một món hải sản khá hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g tôm sú
- Bột mì
- Trứng gà
- Bột thính
- Bánh mì
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, sốt chua ngọt (tương cà chua + ớt bột + bột năng)

THỰC HIỆN:

Tôm sú bóc nõn chừa lại đuôi, bỏ đầu, rạch phần bụng đến sát mép lưng, ướp muối tiêu khoảng 15 phút.

Trứng gà đánh tan cho thêm một ít nước lạnh.

Sau 15 phút, tôm nhúng qua bột mì, sau đó nhúng qua nước

trứng gà và cuối cùng nhúng qua bột thính bánh mì. Lấy tay ép cho bột dính vào tôm chừa lại phần đuôi. Bỏ tôm vào chảo dầu nóng, chiên lửa nhỏ. Món này ăn chung với nước sốt chua ngọt.

MỰC XÀO SA TẾ

Đây sẽ là một món ăn thích hợp cho các bữa nhậu. Món xào này thơm mùi của sa tế, ngọt giòn của mực và chút cay cay của ớt, xả.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g mực lá (hay mực ống), làm sạch khứa vảy rồng (hoặc thái khoanh nếu là mực ống)
- 1 củ hành tây nhỏ, thái mũi cam lớn
- 20 g tôm khô, ngâm nở mềm, giã nát
- Sả băm
- Tỏi, ớt băm nhuyễn
- Dầu ăn
- Nước mắm, muối, đường

THỰC HIỆN:

Đổ dầu vào chảo, cho tỏi, ớt vào xào cho thơm. Tiếp tục cho sả vào xào. Sau đó, cho tiếp tôm khô, nêm mắm, muối đường vừa ăn. Tiếp tục cho ớt băm vào, xào cho cạn nước. Muốn có màu đỏ đẹp, cho thêm một ít màu điều và ớt bột . Để lửa lớn, cho mực vào xào. Khi mực săn lại là đã chín. Cho hành tây vào, đảo đều. Hành vừa chín, tắt bếp. Thưởng thức: Cho ra đĩa, trang trí thêm vài nhánh rau mùi. Dùng nóng với cơm.

TÔM HÙM LUỘC

Món hải sản này ăn cùng với muối tiêu, sốt mayonaise và rau xà lách các loại. Tuy hơi sang trọng một chút nhưng có thể cải thiện cho bữa ăn cuối tuần.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 con tôm hùm 0,5 kg
- Sốt mayonaise
- Xà lách, ớt xanh, cà chua, dầu, dấm, muối, tiêu

THỰC HIỆN:

Tôm để nguyên con, rửa sạch, cố gắng không làm gãy râu và càng tôm (vì râu càng bị gãy sẽ ra hết nước ngọt).

Để nước đủ ngập con tôm, vắt nước cốt 2 trái chanh, cần tây, hành tây và một ít muối vào nồi nước.

Đun nước cho sôi, thả tôm vào, luộc 20 phút để thịt và gạch tôm được chín đều.

MỰC NGŨ VỊ

Với món ăn này bạn có thể dùng nguội với cơm nóng hoặc bánh mì đều rất ngon. Khi ăn nhớ kèm với dưa chuột và đồ chua để tăng thêm phần hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g mực lá, chọn con dày minh, làm sạch, ngâm với nước có pha rượu trắng khoảng 15 phút, vớt ra, để ráo
- Ngũ vị: Đinh hương, thảo quả, đạihồi, tiểu hồi, quế chi, rang thơm, gói vào một miếng vải sạch
- Xì dầu, hắc xì dầu
- Rượu thơm
- Tương ớt, nước mắm, đường cát vàng

THỰC HIỆN:

Cho nước mắm, xì dầu, hắc xì dầu, đường và nước vào nồi đun sôi. Cho gói ngũ vị vào đun 5 phút, đến khi ngũ vị ra mùi thơm. Cho mực vào luộc nhỏ lửa với nước ngũ vị. Để lửa liu riu khoảng 1 giờ là được Để mực ngấm gia vị, vớt ra để nguội. Khi dùng, thái thành từng lát mỏng vừa ăn

CÁ HỒI XỐT CHUA NGỌT

Tuy món ăn này hơi đắt tiền một chút, nhưng đôi khi bạn cũng cần cải thiện cho bữa ăn gia đình. Hãy cùng vào bếp trổ tài với cá hồi nhé.

NGUYÊN LIỆU:

- 250 g phi lê cá hồi, rã đông, rửa sạch lau khô, thái miếng vuông vừa dùng
- 1 củ hành tây, bóc vỏ, thái miếng vuông 1,5 cm
- 1 quả cà chua, rửa sạch, thái miếng vuông 1,5 cm
- 1 quả ớt đỏ Đà Lạt, bỏ hạt, thái miếng vuông 1,5 cm
- 50 g cần tây, rửa sạch, thái khúc
- 50 g gừng, gọt vỏ, thái sợi
- 1 quả chanh, vắt lấy nước cốt
- 1 thìa bột năng, hoà tan với 5 thìa nước
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp cá với gia vị, để 10 phút.

Dầu nóng, cho cá vào chiên vàng

Nước xốt: Phi tỏi thơm, cho gừng vào xào. Tiếp tục xào hành tây, ớt đỏ, cà chua tái chín. Cho nước cốt chanh, bột năng, gia vị vào. Nước xốt sánh, có vị chua ngọt là được. Cho cần tây vào trộn đều.

Thưởng thức: Xếp cá ra đĩa, rưới nước xốt lên trên, dùng nóng.

MỰC NƯỚNG TỎI ỚT

Với loại hải sản bình dân này, bạn có thể chế biến được một món ăn khá hấp dẫn giá cả lại vừa túi tiền.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 con mực lá (chọn mực càng to, dày càng ngon), làm sạch, khứa vẩy rồng, để nguyên con
- Tỏi, ớt băm nhỏ
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp mực với muối, tiêu, đường, tỏi, ớt băm. Để khoảng một giờ cho mực ngấm gia vị. Phết dầu ăn lên mình mực, khi nướng mực sẽ vàng đều và không bị khô. Kẹp mực vào vỉ, nướng trên lò than hay bếp gas cho đến khi có mùi thơm là được. Mực rất mau chín. Vì thế, nếu nướng lâu, mực sẽ bị dai và mất ngon.

Trường hợp chưa nướng ngay nên bảo quản mực trong tủ lạnh

THƯỞNG THỨC:

Dọn chung với muối ớt chanh hoặc muối tiêu chanh, tuỳ khẩu vị Đây là món “nhắm” lý tưởng. Dùng nóng hay nguội đều ngon.

MỰC HOA CÚC

Món ăn này tương đối dễ làm mà tạo sự sinh động cho bàn ăn. Chỉ cần nhìn qua thôi cũng đã muốn thưởng thức rồi. Chúc bạn thành công.

NGUYÊN LIỆU:

- 30 g mực ống, làm sạch, thái khoanh dày 3 cm
- Dùng kéo nhấp 2/3 rìa khoanh mực để có các cánh hoa đều nhau
- 50 g thịt lợn xay
- Hành tỏi, băm nhuyễn
- Rau mùi rửa sạch
- Dầu hào, dầu ăn, nước mắm
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Trộn thịt với hành, tỏi, nước mắm, muối, tiêu, đường. Để ít phút cho thịt ngấm gia vị Nhồi thịt vào giữa khoanh mực làm nhuy hoa. Mỗi khoanh, điểm vào giữa một lát ớt.

Chuẩn bị xửng hấp. Cho mực vào hấp chín

Lấy nước hấp trong đĩa mực, cho vào chảo nhỏ đun sôi. Cho dầu hào, bột năng pha loãng vào, đun cho phần nước xốt này sánh lại Thưởng thức: Xếp ực ra đĩa, chan nước xốt, rắc tiêu và vài nhánh rau mùi.

THỊT BA RỌI CUỘN CÁ HỒI NƯỚNG

Đã đến cuối tuần, bạn có thể cải thiện bằng món ăn sang trọng không kém phần thi vị. Khi chế biến xong nên trình bày thật bắt mắt cho món ăn thêm phần hấp dẫn. Dễ trang trí nhất là xếp cải xoong ra rổ, xếp các xiên thịt lên, và nhớ dùng nóng với tương ớt.

NGUYÊN LIỆU:

- 150 g phi lê cá hồi, rã đông, thái miếng (5 cm x 1 cm)
- 150 g thịt jambon, thái lát bằng miếng cá
- 200 g thịt ba rọi hun khói, thái lát mỏng dài
- 1 củ hành tây nhỏ, bóc vỏ, thái múi cam 5 mm
- 1 quả ớt Đà Lạt, bỏ hạt, thái miếng dài
- Que xiên
- Bơ thơm
- Muối, tiêu, đườn

THỰC HIỆN:

Trải miếng thịt ba rọi hun khói ra khay, xếp một miếng hành tây, ớt, cá, thịt jambon lên, cuộn chặt tay sao cho miếng thịt bọc đều bên ngoài. Dùng que xiên các cuốn thịt lại (mỗi xiên khoảng 4-5 cuộn thịt)

Xếp các xiên thịt ra khay, nướng khoảng 10-15 phút, thịt chín vàng đều là được.

Lấy thịt ra, thoa một ít bơ thơm lên mỗi xiên thịt.

TRỨNG CÚT BAO QUẢN

Món ăn dễ thực hiện cho những ngày cuối tuần. Nguyên liệu chính là trứng cút và thịt gà.

NGUYÊN LIỆU:

- 12 quả trứng cút
- 300 g thịt nạc gà (có thể thay thế bằng thịt lợn), băm nhuyễn
- 1 thìa gừng tươi, băm nhuyễn (có thể vắt bỏ xác gừng lấy nước)
- 1 thìa mù tạt
- 1 thìa lá thơm, thái nhuyễn
- 1/4 bát bột mì
- Bột chiên giòn
- 1 trứng gà
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Luộc trứng: Cho trứng vào nồi với nước muối loãng, đặt lên bếp, khuấy nhẹ, chờ nước sôi, đun thêm 5 phút.

Lăn bột: Trứng cút sau khi đã bóc vỏ, lăn nhẹ qua bột mì sao cho bột áo đều bên ngoài từng quả trứng.

Bao thịt: Trộn thịt với gừng, lá thơm, mù tạt, gia vị, chia thành 12 viên, bao quanh trứng, nhúng qua trứng gà.

Chiên giòn: Dầu sôi, lăn từng viên trứng qua bột chiên giòn, cho vào chảo, chiên vàng, vớt ra, để ráo dầu.

HOA NGŨ SẮC

Chỉ với khoảng 10.000 đồng bạn đã có một đĩa thức ăn khá bắt mắt và cũng có hương vị hấp dẫn. Còn gì tuyệt hơn trên bàn tiệc có một món ăn đầy màu sắc đến như vậy.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 củ cà rốt, gọt vỏ, rửa sạch, thái hạt lưu
- 1 bắp ngô Mỹ luộc (có màu vàng), tẽ lấy hạt
- 100 g đậu Hoà Lan
- 3 tai nấm đông cô, ngâm nở, thái hạt lựu
- 1 cây mì căn, rửa sơ qua, thái hạt lựu
- 200 g lá vằn thắn
- Khuôn bánh tarte
- Dầu hào, dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Nước sôi, cho đậu Hoà Lan vào luộc chín, vớt ra, để ráo nước Dầu nóng, cho lần lượt cà rốt, nấm đông cô, mì căn, đậu Hoà

Lan, ngô vào xào, đảo đều. Nêm muối, tiêu, đường và dầu hào.

Vỏ bánh: Ấn lá vắn thắn vào khuôn bánh. Cho dầu vào chảo (ước chừng dầu sẽ ngập khuôn bánh), cho khuôn vào chiên, bánh vàng sẽ tự tách ra khỏi khuôn, vớt ra Cho nhân xào vào vỏ bánh.

Thưởng thức: Dùng với salad rau.

CÁ HỒI NHỒI KHOAI TÂY

Món ăn này vừa lạ miệng vừa hấp dẫn. Nếu bữa ăn cuối tuần mà có một đĩa cá nhồi khoai sẽ là một sự bất ngờ đối với người thân.

NGUYÊN LIỆU:

- 150 g phi lê cá hồi
- 6 củ khoai tây lớn, gọt vỏ, rửa sạch, chẻ đôi, khoét ruột để riêng
- 1 miếng phô mai đầu bò, tán nhuyễn
- 20 g đậu Hoà Lan
- 1/2 bát giấm
- Rau mùi
- Tỏi băm nhuyễn
- Dầu ăn
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Nước sôi, cho đậu Hòa Lan vào luộc Cho 1/2 phần ruột khoai tây vào xửng, hấp chín Hấp chín phi lê cá, tán nhuyễn Trộn đậu Hòa Lan với ruột khoai tây, phô mai, cá hồi và gia vị Nhồi nhân vào khoai tây, cho vào xửng hấp vừa chín, để ráo Chảo nóng, cho khoai vào chiên vàng trước khi dùng

Xốt dầu giấm: Giấm, dầu ăn phi với tỏi, muối, tiêu, đường, rau mùi thái nhuyễn, nấu tán, nêm vừa miệng

Thưởng thức: Xếp khoai tây ra đĩa, rưới nước xốt lên trên.

GỎI BƯỞI CHAY

Đó là cách thưởng thức mới đối với những múi bưởi mọng nước quen thuộc. Vị chua chua ngọt ngọt của món gỏi này dễ làm người ta trôi cơm trong những ngày nắng nóng.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 quả bưởi bóc vỏ, tẽ lấy múi.
- 1 lá tàu hũ ky non
- 1 cây mì căn xé nhỏ
- 1 cây chả chay, thái sợi
- 1cây tỏi tây thái nhỏ
- Kiệu chua tước mỏng
- Chanh vắt lấy nước cốt
- Ớt thái sợi rau mùi rửa sạch, thái nhỏ, húng cây nhặt lá, rửa sạch, thái nhỏ
- Xì dầu, muối, tiêu, đường, dầu ăn

THỰC HIỆN:

Tàu hũ ky chiên vàng, thái sợi. Ướp mì căn với muối, tiêu, đường. Dầu nóng, cho mì căn vào xào sơ, đổ ra đĩa. Dầu nóng, cho tỏi tây vào chảo phi vàng. Pha hỗn hợp trộn gỏi gồm: muối, tiêu, nước cốt chanh, đường. Trộn bưởi, tàu hũ ky, mỳ căn, tỏi tây phi vàng, ớt, rau húng cây, rau mùi, kiệu chua và hỗn hợp vừa pha.

Thưởng thức: Cho ra đĩa, hoặc có thể dùng vỏ của 1/2 quả bưởi để đựng. Dọn kèm nước tương pha ớt.

RAU XÀO THẬP CẨM

Giòn, thơm và ngọt của vị rau tươi chính là sức hấp dẫn của món ăn này. Một đĩa xào với màu sắc bắt mắt sẽ làm cho mâm cơm của gia đình thêm sinh động và ngon miệng.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g bông cải, thái miếng vừa ăn, ngâm nước muối 5 phút, vớt ra, để ráo
- 100 g ngô non (có thể mua ngô đóng hộp hoặc ngô tươi)
- 50 g đậu hoà lan, làm sạch
- 1 củ cà rốt nhỏ, tỉa hoa, thái miếng
- 1 cây cần tây, rửa sạch, thái khúc
- 5 tai nấm đông cô, ngâm nở mềm, bỏ chân nấm
- 1 cây mì căn, xé miếng lớn
- 1 miếng tàu hũ ky tươi, thái miếng
- Dầu hào, dầu ăn, xì dầu, muối, tiêu đường

THỰC HIỆN:

Ướp mì căn và tàu hũ ky với muối tiêu, đường, xì dầu, dầu hào, để ngấm gia vị vài phút. Trụng sơ bông cải, cà rốt, đậu Hoà Lan với nước sôi, vớt ra, để ráo. Xào cần tây thơm, cho mì căn, tàu hũ ky vào xào. Tiếp tục cho các loại rau củ vào đảo đều. Nêm lại gia vị vừa miệng, dọn ra đĩa.

THƯỞNG THỨC:

Dùng nóng với nước tương ớt.

CÁ HỒI XÀO CẢI THÌA

Sau khi chế biến, cải vẫn giữ được màu xanh, gia vị vừa miệng. Cá hồi thơm, không bị nát. Như vậy là bạn đã làm món ăn thành công.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 hộp cá hồi ngâm dầu

- 250 g cải thìa (chọn cải cây nhỏ), rửa sạch (ngâm nước muối pha loãng), bỏ phần rễ, để nguyên cây.

- Tỏi băm nhỏ

- Dầu ăn, dầu hào, dầu mè, nước tương

- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Dầu nóng, phi thơm tỏi, cho cải vào xào với lửa lớn (để giữ được màu xanh của cảo), nêm gia vị vừa miệng. Cho cải ra đĩa. Chảo nóng, cho cá vào xào thơm (bạncũng có thể cho cá và xửng hấp nóng)

Xếp cải ra đĩa, cho cá lên trên. Lấy nước dầu trong cá rưới đều lên từng nhánh cải (nước dầu còn nóng sẽ ngấm vào cải)

Thưởng thức: Dùng kèm với tương ớt

MÌ XÀO GIÒN

Tất cả đều được chế biến từ rau củ quả, nhưng món ăn này vẫn có một hương vị hấp dẫn và khá độc đáo. Khi thưởng thức món này, bạn sẽ cảm nhận được sự tinh tế của món ăn.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 vắt mì
- 1 cây mì căn, xé nhỏ-1 cây chả chay, thái miếng
- 1 miếng đậu hũ, thái miếng
- 1 củ cà rốt nhỏ, tỉa hoa, thái miếng
- 1 miếng bông cải, rửa sạch, thái miếng
- 10 nhánh, đậu Hoà Lan
- 4 tai nấm đông cô, ngâm nở thái đôi
- 50 g nấm rơm, làm sạch, chẻ đôi
- 1 nhánh poarô, thái khúc
- 2 cây cải ngọt, rửa sạch, tháikhúc
- Dầu hào, dầu ăn
- Muối, tiêu, đường, xì dầu, bột bắp

THỰC HIỆN:

Dầu sôi, cho mì vào chiên giòn, vớt ra. Mì nguội, cho vào bao kín đề mì không bị mềm.

Xào poarô thơm, cho các loại rau củ vào, nêm muối, đường, xì dầu, dầu hào. Cho mì căn, đậu hũ, chả chay vào, trộn đều. Cho bột bắp pha loãng để tạo độ sánh. Dọn mì ra đĩa, đổ hỗn hợp lên trên.

Thưởng thức: Dùng với xì dầu, ớt, giấm đỏ.

SAKÊ CHIÊN GIÒN

Chỉ từ một loại trái cây, nếu khéo léo một chút là bạn có thể chế biến thành một món ăn khá hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 quả sakê (chọn quả vừa chín tới), gọt vỏ, chẻ làm tư, ngâm trong nước có pha chanh khoảng 15 phút để sa kê ra hết nhựa và không bị thâm. Vớt ra để ráo nước, thái lát dày 1 cm
- 200 g bột chiên giòn
- 100 g xí muội ngâm nở mềm
- Tỏi băm nhuyễn
- Ớt băm
- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp sakê với muối tiêu Bột chiên giòn pha đặc Dầu nóng, nhúng từng miếng sakê vào bột, thả vào dầu nóng chiên vàng. Vớt ra để ráo dầu. Tương xí muội: Xào tỏi thơm cho xí muội vào đảo đều. Cho thêm một ít nước, đun sôi khoảng 5 phút. Nêm xì dầu, đường, ớt và một ít bột năng pha loãng cho nước chấm sánh lại. Thưởng thức: Món sakê chiên giòn dùng với salad và tương xí muội

RAU SỐT CAY

Chỉ là những loại rau xanh thông thường, nhưng nếu khéo léo chế biến một chút là bạn có được một món ăn khá hấp dẫn và độc đáo cho bữa ăn.

NGUYÊN LIỆU:

- Nước mắm: 1 thìa canh
- Tỏi băm nhỏ: 1 thìa canh
- Đường: 100g
- Tôm khô: 500g
- Nước chanh: 3 thìa càphê
- Lòng đỏ trứng mặn: 1 quả
- Ớt: 5 quả; thịt nạc: 500g
- Mắm tôm: 2 thìa canh
- Dưa chuột thái lát: 2quả
- Rau diếp: 200g
- Đậu đũa: 200g
- Rau các loại tuỳ mùa

CÁCH LÀM:

Giã tỏi, ớt trộn với mắm tôm. Giã nhỏ tôm khô, nêm nước mắm, đường, nước chanh rồi trộn nhuyễn. Trộn thêm thịt nạc, vẩy thêm vào một ít nước rồi cho vào chảo đun nhỏ lửa, khi chín bắc ra để nguội. Chần các loại rau chín tái rồi thái con cờ, trộn lẫn với nước sốt, bày vào 1 đĩa bầu dục hoặc khay thuyền rồi trang trí

thêm dưa chuột, ớt thái lát, rau diếp và các loại rau khác. Ăn nóng với cơm hoặc bún, bánh mì.

CHẢ NƯỚNG CHAY

Món chả nướng chay có thể dùng với bún, cơm hay bánh mì đều được. Khi ăn dọn kèm salad hay dưa leo và đồ chua.

NGUYÊN LIỆU:

- Một gói chả chay khô (loại này làm bằng tàu hũ ky), thái lát, ngâm khoảng 30 phút cho nở mềm, vớt ra vắt ráo nước
- Sả băm nhuyễn
- Ớt băm
- Tỏi tây lấy củ, băm nhuyễn
- Vừng trắng
- Dầu hào, dầu ăn
- Xì dầu, muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Trộn đều hỗn hợp gồm: sả băm, tỏi tây, ớt, vừng trắng, xì dầu, muối, tiêu, đường, dầu hào, dầu ăn Ướp chả với hỗn hợp trên, để khoảng 3 giờ cho ngấm gia vị. Thỉnh thoảng, dùng tay trộn đều. Khi trộn nhó bóp nhẹ cho miếng chả ngấm gia vị. Xếp chả vào vỉ, nướng vàng đều hai mặt

CÀ TÍM CHIÊN

Món ăn sau khi được chế biến có thể làm món nhậu cũng có thể là một món ăn hấp dẫn cho các bữa cơm gia đình.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 quả cà tím (chọn quả có màu tím ngả nâu. Sau khi chế biến, cà sẽ dẻo và ngọt hơn loại có màu tím biếc), rửa sạch, chẻ đôi theo chiều dọc, úp mặt miếng cà xuống, dùng dao khứa vẩy rồng
- 50 g kiệu chua, tước mỏng một phần, một phần băm nhuyễn với ớt để làm nước chấm
- 1 cây poarô (tỏi tây), chỉ lấy dọc, thái mỏng
- Ớt, băm
- Chanh, vắt lấy nước cốt
- Dầu ăn
- Xì dầu, đường

THỰC HIỆN:

Dầu nóng, thả cà vào chiên vàng, vớt ra để ráo dầu. Cho cà ra đĩa

Dầu nóng, cho poarô vào phi thơm, vàng, rưới lên trên cà. Nước chấm: Pha xì dầu với chanh, ớt, đường. Nước chấm có vị chua băm nhuyễn vào nước chấm. Thưởng thức: Đổ nước chấm lên cà, dùng nóng

BÚN XÀO CHAY

Dù không phải là người theo đạo Phật, bạn vẫn có thể thử những món chay. Tất cả thành phần của món ăn đều được chế biến từ các loại rau, củ, quả.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g bún khô (sợi nhỏ), ngâm nở, vớt ra để ráo
- 100 g cà rốt bào sợi, rửa sạch
- 1 cọng cần tây, rửa sạch, thái sợi
- 1 lá tàu hũ ky non, thái sợi
- Poarô rửa sạch, thái nhỏ
- Dầu hào, sa tế dầu ăn
- Muối, đường

THỰC HIỆN:

Trụng bún với nước sôi, vớt ra, trộn bún với dầu ăn.

Ướp tàu hũ ky với một ít muối, tiêu, đường, dầu hào, xì dầu. Để khoảng vài phút cho tàu hũ ngấm gia vị

Xào poarô thơm. Cho tàu hũ ky vào xào. Tiếp tục cho cà rốt, cần tây vào, xào thêm khoảng 2 phút.

Làm nóng sa tế với một ít dầu (không xào vì sa tế dễ bị cháy), nêm dầu hào, xì dầu. Cho bún vào, đảo đều cho bún ngấm gia vị. Cho cà rốt, cần tây, tàu hũ ky vào, trộn đều.

Thưởng thức:

Dọn kèm xì dầu, ớt, giấm đỏ.

CHUỐI BỌC TÀU HŨ KY

Không chỉ là món tráng miệng, loại trái cây này còn có thể chế biến thành một món ăn mặn khá hấp dẫn

NGUYÊN LIỆU:

- 5 quả chuối xiêm thật chín
- 200 g tôm bạc thẻ lớn, làm sạch, bóc vỏ, lấy chỉ đen, chừa đuôi
- 2 miếng tàu hũ ky
- 50 g bột chiên giòn
- Tỏi băm
- Dầu mè đen
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Bóc vỏ, ngâm chuối với nước muối loãng 10 phút, xả lại với nước, thái khúc bằng chiều dài con tôm. Ướp chuối với dầu me, muối.

Ướp tôm với một ít tỏi băm, muối, tiêu, đường, để ngâm gia vị khoảng 10 phút.

Pha bột với nước lạnh, khuấy bột sền sệt là được.

Tàu hũ ky nhúng nước cho dịu, ắt miếng 8x12 cm. Cho chuối, tôm vào quấn lại như cuốn nem.

Dầu nóng, nhúng từng cuốn qua bột, thả vào chảo dầu, chiên vàng. Vớt ra, cho vào giấy thấm dầu.

Dùng nóng với tương ớt.

LƯƠN CHIÊN GIÒN

Chỉ khoảng 2 chục nghìn là bạn có được một món ăn khá hấp dẫn. Đặc biệt trong những ngày cuối tuần, bạn bè và người thân đến ăn bữa cơm thân mật, bạn có thể làm họ bất ngờ với món ăn này.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g lươn, làm sạch, để nguyên con, cuộn lại, dùng tăm tre ghim giữ để lươn không bị bung ra
- 1 vắt me
- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn
- Ớt băm nhỏ
- Tỏi băm nhuyễn
- Nước mắm, muối, đường, dầu ăn

THỰC HIỆN:

Nước xốt me: Ngâm me mềm, bỏ hạt, xay nát. Trộn me với tỏi, ớt, gừng đã băm nhuyễn

Xào tỏi thơm, cho me vào nấu sôi, nêm nước mắm, muối, đường. Nếm có vị chua, ngọt, mặn vừăn, cho gừng và ớt vào (không cho gừng quá sơm, sẽ làm mất mùi thơm)

Cho nhiều dầu vào chảo, đợi dầu sôi, thả lươn vào chiên . Khi dầu sôi trở lại, giảm nhỏ lửa, tưới dầu đề trên mình lươn. Lươn vàng là chín.

THƯỞNG THỨC:

Dùng nóng với nước xốt me hoặc tương ớt.

LƯƠN XÀO SẢ ỚT

Sau khi chế biến xong, miếng thịt lươn phải giữ được độ dai, cay và thơm mùi sả, cà ri.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g lươn làm sạch, để ráo nước, thái khúc khoảng 3 cm
- Sả băm nhuyễn
- Ớt, tỏi băm nhỏ
- Bột cà ri
- Nước mắm, muối, đường, dầu ăn

THỰC HIỆN:

Ướp lươn với sả, ớt, tỏi, bột cà ri, nước mắm, muối, đường, để 15 phút cho lươn ngấm gia vị

Dầu nóng, cho tỏi, sả, ớt vào xào thơm, cho lươn vào xào săn lại. Cho thêm một ít nước, đậy nắp lại khoảng 10 phút cho thịt lươn mềm. Mở nắp, để lửa lớn, đảo đều cho miếng lươn săn lại.

THƯỞNG THỨC:

Cho lươn ra đĩa, trang trí với dưa chuột tỉa hoa

Món lươn xào sả ớt dùng nóng với cơm rất hấp dẫn.

BỒ CÂU QUAY DA GIÒN

Với một số phụ liệu tẩm ướp đặc biệt bạn sẽ có những món ăn thơm ngon và hấp dẫn. Đặc biệt với chim quay bạn có thể chế biến phục vụ cho những bữa tiệc lớn nhỏ hay chỉ đơn giản là cải thiện bữa ăn cho gia đình.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 con bồ câu, làm sạch, để ráo
- 1 gói ngũ vị hương
- Mật ong, muối, đường, xì dầu

Thực hiện Pha hỗn hợp gồm: muối, đường, mật ong, xì dầu Thoa đều gia vị bên ngoài và trong bụng bồ câu, để khoảng 2 giờ cho ngấm gia vị

CÓ HAI CÁCH THỰC HIỆN:

Cách 1: Cho bồ câu đã ướp vào lò, quay cho đến khi da bồ câu giòn và vàng đều

Cách 2: Hấp chín bồ câu, vớt ra để nguội. Dầu sôi, xối lên mình bồ câu cho đến khi da vàng đều

THƯỞNG THỨC:

Khi dùng, chặt bồ câu làm tư, xếp ra đĩa, trang trí rau mùi tây và vài quả cà chua nhỏ

Dùng nóng với cơm nóng hoặc bánh mì

Dọn kèm với dưa chuột, đồ chua và tương ớt.

CHẢ LƯƠN

Món chả này có thể dùng kèm với tương ớt hoặc nước mắm ớt mặn đều ngon.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g lươn, làm sạch, lóc bỏ xương và da.

Thịt lươn băm nhuyễn

- 100 g giò sống
- Củ hành băm nhỏ
- Tỏi băm nhuyễn
- Nước mắm, muối, tiêu, đường, dầu ăn

THỰC HIỆN:

Trộn lươn cùng với hành, tỏi băm nhuyễn và giò sống. Nêm thêm một ít nước mắm, muối, tiêu, đường vừa miệng. Nhồi hỗn hợp thật kỹ, sau đó giã, đập hoặc quết hỗn hợp nhiều lần cho dai. Vò hỗn hợp thành từng viên bằng quả chanh, ấn viên chả hơi dẹp

Dầu nóng, thả các viên chả vào chiên vàng. Vớt ra, cho vào giấy thấm dầu.

Dùng nóng

VẰN THẮN CHIÊN GIÒN

Đây là một loại bánh rán nhân thịt, món ăn truyền thống của trung Hoa

NGUYÊN LIỆU:

- Lá vằn thắn
- 200 g thịt lợn xay
- 100 tôm tươi, bóc vỏ, giã nhuyễn
- 50 g măng tươi thái nhỏ
- ½ củ hành tây, băm nhuyễn
- 1 thìa canh rau mùi, thái nhuyễn
- 1 thìa cà phê xì dầu
- Muối, tiêu, đường, dầu ăn

THỰC HIỆN:

Ủ lá vằn thắn bằng vải thưa. Cho tôm, thịt, măng, rau mùi, xì dầu, củ hành, gia vị vào bát lớn, trộn đều. Trải lá vằn thắn ra, cho 1 thìa nhân vào giữa, túm đều miệng lá vằn thắn lại. Dầu nóng, cho vào chiên vàng, vớt ra để ráo dầu.

CHUỐI HẤP MẶT DỪA

Chỉ nhìn qua miếng bánh đã thấy hấp dẫn, với tính lạnh, mát bổ bánh thích hợp trong những ngày nắng nóng. Chúc bạn thành công.

NGUYÊN LIỆU:

- 800 g chuối sứ chín đã bóc vỏ
- 500 g dừa khô nạo, vắt lấy nước cốt và 1,7 lít nước dảo dừa
- 150 g bột gạo
- 200 g đường cát
- Màu thực phẩm hoặc màu từ củ dền đỏ
- Dầu ăn, muối, vani

THỰC HIỆN:

Bóc vỏ chuối, ngâm với nước muối loãng khoảng 30 phút, xả nước, để ráo, thái khoanh tròn dày 5 mm

Ướp chuối với 150 g đường, 1 lít nước dão dừa, 1 thìa muối. Cho vào nồi, đun lửa liu riu cho cạn nước, chuối chuyển sang màu đỏ.

Pha bột gạo với phần nước dảo dừa còn lại, 50 g đường, màu và vani

Thoa dầu vào khuôn, xếp lần lượt một lớp bột, hấp vừa chín. Rưới hỗn hợp 50 g đường, 50 g bột gạo, nước cốt dừa, ¼ thìa muối lên mặt bánh, hấp chín. Thưởng thức Cho bánh vào tủ lạnh. Khi dùng, lấy ra khỏi khuôn, thái miếng.

XÔI NƯỚNG CUỘN

Mùi vị cuộn xôi nướng trên than hồng, thoảng hương chuối chín khá hấp dẫn. Hơi lích kích nhưng việc

Thực hiện món ăn này sẽ đem đến cho gia đình bạn không khí ấm cúng, tươi vui. Thậm chí nó có thể thích hợp với một buổi đi chơi xa.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g nếp thơm dẻo.
- 6 quả chuối chín.
- Lá chuối.
- Muối, đường.

CHẾ BIẾN:

Gạo nếp vo sạch, trộn với 1/4 thìa muối, đồ (hấp) chín. Lá chuối rửa sạch, lau khô, xé miếng vừa gói.

Chuối bóc vỏ, cắt đôi theo chiều dọc quả, ướp với đường cho vừa miệng. Để ngấm khoảng 30 phút.

Xôi chín, đánh tơi. Bọc chuối ở giữa xôi nếp cho đều, dùng lá chuối gói lại thành từng bánh.

Nướng bánh chuối nếp trên lửa than hồng hoặc lò ở nhiệt độ 180 độ C. Trở đều tay để lớp xôi bên ngoài vàng và giòn.

THƯỞNG THỨC:

Dùng nóng hay nguội đều ngon. Món này được coi là đạt yêu cầu nếu lớp nếp dẻo, thơm mùi nếp nướng, chuối không bị nát.

CÁ NỤC HẤP

Với loại cá này, bạn có thể kho ngọt, kho khô (kho keo), rán thậm chí nấu canh. Nếu hấp hay chưng cách thủy, ăn với cơm nóng thì thơm ngon hơn cá hộp. Cá hấp cuốn bánh đa lại là một khúc biến tấu từ món ăn này.

NGUYÊN LIỆU:

- 1,5 kg cá nục xuôn, mình tròn, chỉ to bằng ngón tay cái.
- Nửa quả dứa (thơm).
- 1 quả cà chua.
- 1 củ hành tây vừa.
- Hành lá, mùi (ngò).

CHẾ BIẾN:

Cá: bóc màng, bỏ ruột, chặt đuôi rồi rửa sạch, để ráo. Xong xếp cá vào cặp lồng, ướp với nước mắm ngon, mì chính (bột ngọt), tiêu, vài lát ớt (nếu muốn ăn cay).

Dứa, cà chua, hành tây thái lát mỏng, xếp lên trên, cùng với hành lá, rau mùi.

Đậy cái đĩa lên cặp lồng rồi đặt vào xoong hấp cách thủy.

Cá nục rất nhanh chín, đun độ 15-20 phút là ăn được.

Thành phẩm: cá không bị nứt, da vẫn trắng xanh, trong cặp lồng có xâm xấp nước và nước trong.

Khi nhấc xoong cá xuống, bạn nhớ nhanh tay nhấc đĩa đậy xuống và đừng để nước đọng trên đĩa nhỏ xuống cá.

THƯỞNG THỨC:

Nên ăn với cơm, khi cá còn nóng.

Nếu muốn nhậu thì mua bánh tráng mỏng hoặc bánh đa nem. Xoa nước lên bánh, xếp các loại rau thơm và một con cá (bỏ đầu, cá nục xuôn có thể ăn cả xương) và cuốn lại, chấm với nước mắm ngon pha đường, ớt.

DƯA CHUỐI CHÁT

Món ăn này tựa như dưa góp, chua chua, ngọt ngọt nhưng lạ miệng hơn vì có vị chát thấm trên đầu lưỡi. Có thể ăn kèm để bữa cơm thêm mát mẻ hoặc làm mồi nhắm rượu.

NGUYÊN LIỆU:

- 10 quả chuối chát non.
- 100 ml giấm.
- 10 quả chanh.
- Muối, đường, gừng, tỏi, nước mắm.

THỰC HIỆN:

Vắt chanh lấy nước. Hòa tan 2 thìa muối với 2/3 lượng nước cốt chanh, chia làm 2 phần.

Chuối xanh gọt vỏ, ngâm trong nước lã có pha 1/3 lượng nước chanh còn lại để chuối không bị thâm đen.

Uốn cong quả chuối, ép bỏ nước rồi cho vào 1/2 nước muối pha nước cốt chanh, ngâm 15 phút cho chuối trắng, mềm. Sau đó vớt ra ép ráo nước. Cho tiếp 1/2 nước chanh pha muối còn lại vào, tiếp tục ngâm.

Nấu tan hỗn hợp 50 g muối, 150 g đường, 100 ml giấm, 350 ml nước để nguội. Tiếp tục vớt chuối, ép ráo nước, thái lát, xếp vào lọ. Cho hỗn hợp giấm đường ngập mặt chuối.

THƯỞNG THỨC:

Xếp chuối ra đĩa. Trộn gừng thái sợi; pha nước mắm ớt tỏi, rưới lên trên.

TÔM KHO ĐÁNH

Món ăn này sẽ không làm bạn mất nhiều thời gian chế biến. Việc thưởng thức cũng khá nhẹ nhàng. Thay đổi cách làm một chút, bạn có thể biến món ăn thành nước chấm rau ngon tuyệt.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g tôm tươi.
- 100 g thịt ba chỉ.
- Hành khô, hành lá, tỏi.
- Ớt bột, dầu ăn, nước mắm, muối, tiêu đường.

CHẾ BIẾN:

Thịt rửa sạch, thái sợi, ướp với nước mắm, muối, tiêu, đường, để khoảng 15 phút cho ngấm. Tôm bóc vỏ, đập giập.

Phi thơm hành khô băm nhỏ với tỏi, xào thịt đến khi săn lại thì cho tiếp tôm vào. Nêm nước mắm và một ít đường, xào khoảng 2 phút. Cho nước sôi xâm xấp mặt thịt, đun sôi trở lại khoảng 5 phút.

Cho tiêu, hành lá, ớt bột (nếu thích có vị cay).

THƯỞNG THỨC:

Dùng với bún hoặc cơm.

Món này còn có thể dùng làm nước chấm rau luộc. Khi ấy, bạn nên băm nhỏ tôm và thịt chứ không thái sợi.

CUỐN DIẾP

Trong tiết trời oi bức, những bữa cơm nóng sốt khó mà làm bạn ngon miệng. Hãy thay thế nó bởi những cuốn diếp gọn gàng,mát mẻ mà vẫn đảm bảo đủ chất. Đây là một trong những món quen thuộc của người Huế.

NGUYÊN LIỆU:

- 100 g thịt ba chỉ
- 100 g tôm tươi
- 200 g bún
- 500 g cải bẹ xanh hoặc 1 bó rau salad (ra diếp)
- 50 g hành lá
- 50 g gan lợn
- Lạc, tỏi, tương bắc, đường, ớt.

CHẾ BIẾN:

Thịt rửa sạch, luộc chín, thái lát mỏng. Tôm làm sạch, hấp chín, bóc vỏ, chẻ đôi. Hành lá trần nước sôi. Trải lá cải ra khay, cho một ít bún vào giữa, đặt một miếng thịt, một miếng tôm, cuốn lại. Dùng cọng hành trần buộc bên ngoài.

Làm nước chấm: Xào tỏi thơm, cho gan đã băm nhỏ vào xào chín. Nêm tương, đường cho vừa miệng. Khi dùng, cho thêm ớt băm và lạc rang giã nhỏ.

THƯỞNG THỨC:

Cuốn diếp chấm với nước tương. Bạn có thể cuốn sẵn hoặc vừa ăn vừa cuốn, tạo không khí vui vẻ trong gia đình.

ỐC NHỒI NẤU CHUỐI

Đã đến cuối tuần, bạn có thể trổ tài nấu bếp bằng món ăn dân dã nhưng rất hấp dẫn này xem. Với bát ốc nấu chuối này bạn sẽ đem đến cho những người thân sự bất ngờ đấy.

Nguyên liệu:

- 2 kg ốc bươu, ngâm nước vo gạo 1 giờ, xả sạch. Hấp ốc, lấy thịt, chà muối, giấm, xả sạch để ráo
- 5 quả chuối xanh, gọt vỏ, ngâm nước chanh, thái miếng xéo dày 5 mm
- 200 g thịt ba rọi, rửa sạch thái mỏng
- 5 miếng đậu hũ, thái miếng vuông
- 50 g mẻ
- 1 thìa mắm tôm
- 5 quả cà chua thái múi cam
- 1 củ nghệ tươi, gọt vỏ, giã nhuyễn, vắt lấy nước
- 50 g riềng, gọt vỏ, giả nhuyễn
- Tía tô rửa sạch
- Gia vị, tỏi, ớt khô

THỰC HIỆN:

Ướp thịt với tỏi băm, riềng, mắm tôm, mẻ, muối, đường, để 10 phút. Xào thịt, cho nước vào, tiếp tục đun. Ướp chuối với nước nghệ, mẻ, mắm tôm, muối, đường, xào sơ. Ướp ốc với riềng, mẻ, mắm tôm, nước mắm, đường, ớt khô, xào sơ. Cho chuối, cốc, cà chua vào nồi thịt, nêm lại gia vị, cho tía tô lên trên Thưởng thức: Dùng với bún, hoặc cơm.

CHUỐI XỐT CARAMEN

Khi dùng, rưới caramen lên chuối. Dùng nóng hay lạnh đều ngon.

Nguyên liệu

- 5 quả chuối xiêm thật chín, chọn quảlớn
- 200 g dừa nạo
- 1 quả trứng gà
- Dầu ăn
- Chanh, vắt lấy nước cốt
- Đường

THỰC HIỆN:

Bóc vỏ chuối, ngâm với nước muối loãng khoảng 10 phút, xả lại với nước, để ráo

Đánh tan trứng gà

Nhúng chuối vào trứng gà, lăn đều quả chuối qua dừa

Dầu nóng, thả chuối vào chên, lớp dừa áo bên ngoài vàng đều là được. Vớt chuối ra, cho vào giấy thấm dầu Caramen: Cho đường, 1 bát nước và nước cốt chanh vào chảo, để nhỏ lửa. Dùg đũa khuấy đều cho đường tan. Khi đường chuyển sang màu vàng, tắt bếp.

THỊT LUỘC GIẦM TƯƠNG

Đây là món ăn dân gian khá phổ biến, có thể để dành ăn dần. Mùa hè với đĩa thịt giầm này bạn sẽ không gặp cảm giác ngán ăn.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg thịt giò heo đã lóc xương hay thịt ba rọi, rửa sạch, để ráo

- 1 lít tương bắc

- 200 g đường trắng

THỰC HIỆN:

Nước sôi, cho thịt vào nồi luộc chín, vớt ra. Ngâm thịt trong thau nước đá cho miếng thịt săn lại, để khoảng 10 phút, vớt ra, dùng khăn sạch thấm khô nước.

Nấu tương cùng với đường cho đến khi đường tan hết, nếm thấy vị ngọt vừa ăn là được. Để khoảng vài phút cho tương nguội.

Cho thịt vào lọ thuỷ tinh, đổ tương vào. Ngâm thịt với tương khoảng 1 tuần là dùng được. Càng để lâu miếng thịt càng thấm và ngon.

THƯỞNG THỨC:

Khi dùng, lấy thịt ra, thái miếng mỏng xếp vào đĩa, rưới ít tương lên trên. Trang trí thêm ít rau mùi

Dùng với cơm nóng, dọn kèm dưa cải chua.

CANH CHUA BÔNG SO ĐŨA CÁ RÔ ĐỒNG

Món này ăn nóng dùng chung với cơm trắng hoặc bún, nước mắm nguyên chất với ớt cắt khoanh.

NGUYÊN LIỆU:

- 400 g cá rô
- 200 g bông so đũa
- Me, ớt, hành phi, rau om, ngò gai

THỰC HIỆN:

Cá rô làm sạch bỏ mang, ướp ít muối tiêu. Bông so đũa bỏ nhuy, rửa sạch. Cho ít nước vào me vắt nước cốt. Cá rô chiên vừa chín cho vào nồi nước dùng, nêm me, nước mắm, đường, nấu sôi nhỏ lửa cho nước canh không đục. Nêm gia vị vừa đủ, cho bông so đũa vào nhắc xuống. Cho hành phi, rau om, mùi tàu, ớt cắt khoanh, ít mỡ tỏi.

ẾCH XÀO LÁ CÁCH

Lâu lâu bạn có thể thay đổi khẩu vị bữa ăn cho gia đình, với món ăn này bạn sẽ đem lại sự ngon miệng cho những người thân.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 gr ếch sống
- Lá cách (có thể thay bằng lá lốt)
- Dừa nạo, bột nghệ, gừng, ớt, lạc.

THỰC HIỆN:

Ếch làm sạch, chỉ lấy đùi và thân, chặt miếng to ướp muối, tiêu, bột ngọt để khoảng 10 phút. Dừa già nạo vắt lấy một chén nước cốt, ớt băm nhuyễn. Lựa lá cách non rửa sạch, cắt sợi vừa.

Chảo dầu nóng, cho ít tỏi và ớt bằm vào xào sơ, cho ếch vào xào săn lại, cho bột nghệ trộn đều sau đó đổ nước cốt dừa vào nấu sôi. Thêm gia vị cho vừa ăn (muối, đường, bột ngọt). Xào cho nước cốt dừa sánh lại thịt ếch mới thơm, rồi cho lá cách vào trộn đều và cho ra đĩa rắc ít lạc rang lên mặt. Ăn nóng.

CÁ TAI TƯỢNG CHIÊN XÙ

Đây là món có hình thức cũng như hương vị hấp dẫn, rất thích hợp cho những bữa ăn gặp mặt hay một bàn nhậu. Chúc bạn ngon miệng.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg cá tai tượng
- Khế, chuối, dứa, rau các loại, bánh tráng và bún

THỰC HIỆN

Cá tai tượng sống làm sạch, bỏ mang ruột, ngâm trong nước muối khoảng 15 phút cho cá bớt nhớt, để ráo nước và chiên vàng đều (chảo nhiều dầu để cá mau chín) và xù đẹp. Món này cuốn ăn kèm với rau sống, bánh ráng và bún. Chấm với mắm nêm.

CHẾ BIẾN MẮM NÊM:

Băm nhỏ dứa (1/4 quả), ớt, tỏi rồi bỏ vào chén mắm nêm đã chưng cách thuỷ với chút đường, bột ngọt và ít nước sôi.

GỎI BẦU CÁ LÓC NƯỚNG

Có thể bạn ngạc nhiên khi biết rằng cá cũng làm được một món nộm. Hãy thử chế biến và thưởng thức, bạn sẽ thấy món gỏi này cũng khá hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g cá lóc
- 1 kg bầu
- Hành tím, gừng, cà rốt, rau răm, ớt, hành phi, vừng, chanh

THỰC HIỆN:

Cá lóc làm sạch, ướp ít muối, tiêu trong 15 phút, nướng bằng lửa than, cá chín thì gỡ lấy nạc. Bầu để nguyên vỏ, bỏ phần ruột, cắt sợi, nhũng sơ qua nước sôi, vắt ráo nước. Hành tím cắt khoanh, gừng cắt nhuyễn ngâm dấm. Rau răm, cà rốt, ớt, cắt sợi, vừng rang vàng.

Trộn bầu, hành tím, gừng, cà rốt, rau răm với nước gỏi cho vừa ăn, cho ra đĩa, xếp cá lên trên. Rưới thêm một ít nước gỏi, rắc vừng, hành phi và ớt lên trên, trang trí cho đẹp. Món gỏi bầu ăn kèm với bánh phồng tôm và nước mắm chua ngọt.

VỊT NẤU CHAO

Món ăn này khá hấp dẫn rất thích hợp cho một bữa tiệc. Vào mùa này vịt bắt đầu ngon bạn có thể dễ dàng chuẩn bị cho món ăn.

NGUYÊN LIỆU

- 1 con vịt tơ (1,7 kg), rửa sạch với gừng pha rượu, xả sạch, chặt miếng
- 4 viên chao trắng
- 3 viên chao đỏ
- 500 g khoai cao, gọt vỏ, cắt miếng vừa ăn, chiên vàng
- 1 bó rau muống nhặt bỏ lá, lấy cọng non
- Hành tỏi, băm nhỏ
- Dầu hào, dầu mè
- Nước dừa tươi
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp thịt vịt với muối, tiêu, đường, hành tỏi băm, dầuhào, dầu mè và chao tán nhuyễn, để ngấm gia vị khoảng 30 phút. Phi tỏi thơm, cho vịt vào xào săn lại. Cho nước dừa, hầm thịt mềm. Tiếp tục cho khoai cao vào, nêm lại gia vị vừa miệng. Đun cho đến khi nước trong nồi sánh lại.

THƯỞNG THỨC

Cho thức ăn ra lẩu hoặc nồi đất, đun lửa liu riu (để giữ nóng). Dùng kèm với bún tươi hoặc bánh mì, rau muống và chao.

CÁ SỐT HẤP TRỨNG

Đây là một món ăn khá lạ và hấp dẫn. Bạn hãy trổ tài để thết đãi bạn bè hay người thân nhé.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 gr cá hường, làm sạch, đánh vẩy rửa với nước pha rượu và muối
- 100 gr cá hồi, cắt hạt lựu
- 100 gr thịt nguội, cắt hạt lựu
- 04 quả trứng gà - mùi, cắt nhỏ
- Muối, tiêu, đường, rượu trắng.

THỰC HIỆN:

Cá hường lóc lấy thịt cá chừa đuôi và đầu. Phần thịt cá cắt hạt lựu. Trộn hỗn hợp: thịt cá, cá hồi, thịt nguội. Nêm muối, tiêu, đường, rượu trắng, ngò. Trứng gà đánh tan, nêm muối, tiêu, đường.

Trộn chung với chút hỗn hợp thịt cá và sang qua đĩa, đem hấp khoảng 1 phút. Đặt mình cá và phần thịt còn lại lên phần trứng vừa hấp và tiếp tục hấp khoảng 4 phút.

CÁ CUỐN BÚN

Tưởng rằng món này rất kích rích khi chế biến nhưng thực tế lại rất đơn giản, món ăn này sẽ đem lại khẩu vị khá mới mẻ và hấp dẫn trong những ngày hè này.

NGUYÊN LIỆU:

- Cá quả: 700 g
- Bún gạo: 500 g
- Bánh đa nem: 50 chiếc
- Rau sống, thì là, hành hoa
- Gừng, tỏi, dấm, ớt

THỰC HIỆN:

Cá quả cạo sạch đánh vẩy và nhớt rồi dùng dao khía nhiều đường nhỏ dọc theo mình cá. Dùng một chút gia vị ướp đều lên cá. Bún cắt nhỏ.

Gừng tươi gọt vỏ thái khúc rồi đập giập. Hành hoa nhặt rửa sạch cắt riêng phần cọng và lá. Thì là, rau sống, nhặt, rửa sạch, ngâm trong nước muối loãng, khi ăn thì vớt ra vẩy khô.

Đun nước sôi cho thì là và cọng hành vào chần chín vớt ra rồi cho gừng vào đun. Khi nước sôi lại cho cá vào luộc chín. Trải miếng bánh đa nem ra cho vào một chút bún, vài cọng hành, rau sống, cá rồi cuộn tròn lại. Lấy một lá hành buộc hờ bên ngoài. Cuốn cá ăn cùng nước chấm có pha dấm, tỏi, ớt vừa ăn.

Món ăn sẽ ngon hơn nếu ta giữ nóng cá trong suốt bữa. Có thể thay thế cá quả bằng loại cá ít xương khác.

BÚN KHÔ XÀO GIÒN

Khi đã chán ngắt với món chắc dạ nhất là cơm thì bạn hãy thử làm một món bún để thay đổi khẩu vị.

Nguyên liệu:

- 100 g bún khô
- 150 g thịt lườn gà hoặc thịt lợn thăn
- 100 g tôm tươi bóc vỏ
- 100 g đậu hũ
- Ớt, tỏi, gừng, lá tỏi, rau mùi, nước mắm, dấm, đường dầu ăn

THỰC HIỆN:

Ngâm bún trong nước nóng già khoảng 2 phút, vớt ra để thật khô nước. (Có thể đặt bún trên giấy thấm để bún nhanh ráo nước.

Đậu hũ thái con chì. Thịt gà (hoặc thịt lợn) băm nhỏ. Tôm cắt đôi. Gừng, tỏi, ớt băm nhỏ. Lá tỏi thái khúc.

Cho dầu vào chảo sâu đun nóng già, cho bún vào chiên giòn. Lưu ý ở nhiệt độ cao bún rất nhanh giòn chỉ mất từ 40 giây đến 1 phút, nếu để quá bún sẽ cháy đen. Đậu chiên vàng. Bún, đậu để ráo dầu, giữ ấm đậu.

Chiên bún, đậu xong đổ dầu ra khỏi chảo chỉ để lại một ít. Cho gừng, tỏi, phi thơm, đổ thịt vào xào, một lúc cho tiếp tôm vào. Hòa hai thìa nước mắm, hai thìa tương ớt, một thìa dấm, đường và một ít ớt băm nhỏ đổ vào chảo tôm thịt, đun sôi. Cho lá tỏi vào chảo đảo nhanh tay. Cuối cùng cho rau mùi thái nhỏ, đậu hũ vào đảo đều. Cho bún ra 4 đĩa sâu lòng, múc hỗn hợp xào lên trên.

LƯỠI VỊT RANG MUỐI

Đây là một món ăn lạ cả về khẩu vị lẫn nguyên liệu. Nếu nhà có tiệc, bạn hãy thử chế biến món này, nó sẽ đem lại sự bất ngờ cho thực khách.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g lưỡi vịt, làm sạch, tẩy với rượu trắng cho thơm
- Củ hành băm nhỏ
- Gừng thái sợi
- Ớt bột
- Hồi, đinh hương, thảo quả, quế
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường, nước mắm, hắc xì dầu

THỰC HIỆN:

Cho hồi, đinh hương, thảo quả, quế vào chảo rang thơm. Cho vào một túi vải sạch, cột lại Thả vào nồi nước, nấu khoảng 10 phút, nêm nước mắm, muối, đường, hắc xì dầu.

Cho lưỡi vịt vào luộc khoảng 15 phút vớt ra, để ráo

Xào củ hành thơm, cho lưỡi vịt vào rang khoảng 2 phút. Lưỡi

vịt săn lại là được, nêm muối vừa ăn (nếu thích dùng hơi cay, có thể cho thêm gừng thái sợi). Thưởng thức: Xếp vịt với tương ớt hoặc muối tiêu chanh.

CÚT TIỀM NGŨ QUẢ

Loại canh tiềm này khá bổ dưỡng mà cách chế biến cũng không quá khó. Bãn hãy thử trổ tài lần này xem thế nào cũng nhận được lời khen và thán phục đấy.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 con chim cút, làm sạch để ráo
- 1 gói ngũ vị hương
- 2 tai nấm đông cô, ngâm nở mềm
- 10 g đậu bo bo luộc chín
- 6 quả táo Tàu, ngâm nở
- 100 g củ năng
- 1000 đồng kim châm, ngâm nở, lấy nhuy, thắt nút
- Muối, đường, xì dầu

THỰC HIỆN:

Ướp cút với muối, đường, xì dầu, ngũ vị hương, để khoảng 1 giờ cho ngấm gia vị

Dầu nóng, cho cút vào chảo chiên vàng (không cần chín), vớt ra, để ráo dầu

Cho cút vào nồi, đổ ngập nước, nêm muối, xì dầu, đun sôi, vớt bọt. Tiếp tục đun nhỏ lửa khoảng 15 phút, cho nấm đông cô, củ năng, táo tàu vào, nấu đến khi cút mềm, cho kim châm, đậu bo bo vào. Thưởng thức: Cho ra bát ăn nóng với bánh mì và muối tiêu.

VỊT QUAY TRỘN MĂNG

Cuối tuần rồi, bạn có thể cải thiện cho bữa cơm gia đình bằng món này. Tuy hơi tốn thời gian một chút nhưng bù lại cả nhà bạn sẽ có được cảm giác ngon miệng.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 con vịt (1,5 kg), làm sạch, để ráo
- 200 g măng tươi, luộc chín
- 1 cọng cần tây, thái khúc, tỉa hoa hai đầu
- 1 củ hành tây, thái lát mỏng
- 1 củ cà rốt nhỏ, thái sợi
- Ớt sừng thái sợi
- 1 gói ngũ vị hương
- Mật ong
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp gia vị với muối tiêu, đường, mật ong, ngũ vị hương, để khoảng 3 giờ cho ngấm gia vị Xối mỡ hay cho vào lò nướng chín vàng (có thể mua vịt quay sẵn nếu không có nhiều thời gian chuẩn bị). Lóc vịt lấy nạc, thái sợi

Xốc cà rốt, cần tây, hành tây, măng tươi với giấm, đường khoảng 1 giờ cho có vị chua. Trộn chung với vịt quay, giấm đỏ, muối, đường và ớt thái sợi

Thưởng thức:

Cho ra đĩa, trang trí ớt tỉa hoa, dọn kèm với xì dầu.

TÔM RANG NGŨ VỊ

Đây là món ăn rất bình dân nhưng lại được nhiều người ưa thích, vậy nhưng bạn không cần phải bỏ ra quá nhiều công sức hay chi phí để chế biến.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g tôm sú, hay tôm đất, chọn tôm tươi, làm sạch, để ráo (có thể bỏ đầu, đuôi)
- 1 gói ngũ vị hương
- Củ hành băm nhỏ
- Tỏi băm nhỏ
- Hành lá thái khúc
- Ớt bột, dầu ăn, nước mắm, muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp tôm với gia vị gồm: ngũ vị hương, hành, tỏi, nước mắm, tiêu, đường, ớt bột. Để ít phút cho tôm ngấm gia vị

Dầu nóng, xào tỏi thơm (không để cháy vàng), cho tôm vào xào với lửa lớn, nêm lại gia vị vừa ăn. Khi tôm săn, đỏ mình là đã chín, cho hành lá vào đảo đều. Thưởng thức: Cho tôm ra đĩa, trang trí thêm vài nhánh rau mùi Dọn kèm dưa leo, cà chua và tương ớt

Món tôm rang này dùng với cơm nóng rất ngon

CÁ HỐ KHO BỔI

Món này dùng với cơm nóng vừa đậm đà vừa hấp dẫn mà giá thành không quá cao.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g cá hố, chỉ dùng mình, bỏ đầu, thái khúc 7 cm
- Đại hồi, tiểu hồi, hoa tiêu, ớt khô, đinh hương
- Hành lá thái khúc
- Gừng gọt vỏ, thái lát
- Dầu ăn
- Nước mắm, muối, tiêu, đường, xì dầu, hắc xì dầu

THỰC HIỆN:

Ướp cá với muối, tiêu, để khoảng 2 giờ cho ngấm gia vị Dầu nóng, cho cá vào chiên vàng Cho đại hồi, tiểu hồi, hoa tiêu, đinh hương vào chảo, rang thơm.

Cho tất cả vào một túi vải nhỏ cùng một quả ớt khô, cột lại. Cho nước vào nồi, thả túi ngũ vị vào, nêm nước mắm,muối, đường, xì dầu, hắc xì dầu, đun 10 phút cho ra mùi thơm. Thả cá vào, nấu khoảng 5 phút, giảm lửa, cho hành lá và gừng vào, nêm gia vị, đun cạn nước.

CHÂN GÀ NƯỚNG NGŨ VỊ

Chỉ với 15.000 đồng, bạn đã có thể chế biến được một món nhậu khá hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU

- 10 chân gà ta, làm sạch, rửa với rượu trắng và nước cốt gừng cho thơm, để ráo
- 1 gói ngũ vị hương
- Hành, tỏi giã nhuyễn, lấy nước cốt
- Mật ong, dầu ăn
- Muối, đường, nước mắm

THỰC HIỆN

Cho chân gà vào nồi, hấp khoảng 10 phút, lấy ra

Ướp chân gà với gia vị gồm: ngũ vị hương, muối, đường, nước mắm, dầu ăn, mật ong, nước cốt hành, tỏi, để khoảng 5 giờ, trở đều chân gà cho ngấm gia vị

Cho vào vỉ nướng, thỉnh thoảng, dùng cọ phết gia vị lên chân gà. Nướng cho đến khi chân gà chín vàng, có mùi thơm.

THƯỞNG THỨC:

Món chân gà nướng ngũ vị dùng kèm với muối tiêu chanh

Chân gà đã được hấp, khi nướng sẽ không bị khô.

BÔNG CẢI BỌC CHẢ

Sau khi chế biến, để tạo thêm phần hấp dẫn cho món ăn bạn có thể trang trí bông cải chua, salad, cà chua ra đĩa cho bông cải chiên lên trên dọn nóng

NGUYÊN LIỆU:

- 300 gr bông cải xanh, tách nhánh nhỏ, rửa sạch ngâm nước muối loãng, để ráo
- 150 gr cá thác lác
- 100 gr giò sống
- Hành tỏi băm nhuyễn
- Sốt cà
- Tương ớt
- Muối tiêu, đường, nước mắm, dầu mè

THỰC HIỆN:

Ướp muối, tiêu, hành, tỏi, nước mắm với cá thác lác và quết dẻo, trộn hỗn hợp cá giò sống bọc quanh bông cải, chừa cuốn bông. Đem chiên vàng. làm sốt chấm: phi hành tỏi + 1 thìa sốt cà + 1 thìa tương ớt + 1 thìa dầu mè.

MÌ RƯỚI CÀ CHUA SỐT

Món này nên ăn nóng, khi ăn hãy trộn đều. Nào mời bạn cùng thưởng thức món ăn của đất nước bên bờ Địa Trung Hải.

NGUYÊN LIỆU:

- 400 gr mì ống Ý
- 1 củ hành tây
- 1 nhánh tỏi
- 400 gr cà chua, húng quế, gia vị và một ít hạt tiêu

CÁCH LÀM

- Rửa sạch các loại rau củ, để ráo. Sau đó hành tây thái hạt lựu, tỏi giã nát, cà chua thái nhỏ.

- Cho dầu vào chảo đun, chờ dầu sôi cho hành tây và tỏi vào đảo đều cho đến khi hành tây mềm ra thì cho cà chua, cho thêm vào chảo ít nước, nêm gia vị đủ ăn rồi tiếp tục đun sôi. Khi đun chú ý không đậy vun và thỉnh thoảng đảo qua. Đun cho đến khi nước cạn gần hết, nước sốt trong chảo sền sệt thì tắt bếp.

- Cho 3 cốc to nước vào chảo đun sôi rồi thả mì vào; đậy vun vào đun cho đến khi mì mềm ra thì mở vun và tiếp tục đun cho đến khi cạn nước. Đảo đều cho sợi mì se lại rồi đổ mì ra bát. Rưới nước sốt, rải húng quế thái chỉ lên trên và thêm ít hạt tiêu.

MÌ XÀO TÔM

Khi đã chán với những món ăn thường ngày bạn có thể thay đổi khẩu vị với bát mì xào này và sẽ tìm được sự hấp dẫn của món ăn.

NGUYÊN LIỆU:

- 400 gr mì ống Ý
- 350 gr đậu cô ve
- 500 g tôm loại vừa
- 1 củ hành khô, 1 quả ớt đỏ, một chén con rượu trắng
- 300 g cà chua
- 1 thìa cà phê đường
- 50 g pho mát
- Dầu ăn và gia vị

THỰC HIỆN:

- Lấy 3 cốc to nước (khoảng 3/4 lít) đun sôi nước rồi cho mì vào đến khi mềm thì vớt ra để ráo nước.

- Đậu cô ve đem thả vào chảo nước đang sôi, đun mở vung khoảng 3 phút hoặc cho đến khi đậu chín mềm thì vớt ra rổ và sát nhẹ để bỏ đi lớp vỏ bên ngoài.

- Cho dầu vào chảo đun nóng, khi dầu nóng cho tôm vào, nêm gia vị, đảo đều cho đến khi tôm đổi màu đỏ thì đổ ra đĩa.

- Cho pho mát và đường vào chảo đun cho đến lúc pho mát tan ra thành một hỗn hợp lỏng thì đổ ra bát.

- Cho hành đã thái lát mỏng vào chảo đảo đều đến khi mềm thì cho ớt thái lát, cà chua thái nhỏ và rượu trắng vào đun cho đến khi rượu bay hơi gần hết thì đổ pho mát ở trên, tôm và mì vào đảo đều lại cho nóng sốt, nêm gia vị vừa ăn.

MẮM LÓC

Giàu chất đạm, hương vị đậm đà, mắm lóc là món ăn đặc trưng của người Việt Nam mà cách chế biến lại không khó.

NGUYÊN LIỆU:

- 100 g mắm lóc, lấy phần thịt nạc, thái khúc 4 cm
- 200 g thịt nạc dăm, rửa sạch, để ráo, băm nhuyễn
- 50 g gừng, gọt vỏ, một phần giã nhuyễn ướp với thịt, một phần thái sợi
- 1 quả ớt, thái lát
- 1 củ hành tím, bóc vỏ, băm nhỏ
- Muối, tiêu, đường

THỰC HIỆN:

Ướp thịt nạc dăm với gia vị gồm: gừng, củ hành tím, muối, tiêu, đường, trộn đều, để thịt ngấm gia vị 15 phút.

Xếp thịt nạc dăm và mắm lóc vào bát nhỏ. Có thể xếp xen kẽ mắm và thịt, hoặc xếp mắm lóc bên dưới rồi cho thịt lên trên.

Rắc thêm ít tiêu, vài lát hành tím, ớt, gừng sợi và hành lá thái khúc lên trên thịt và mắm lóc. Thưởng thức: Dùng với cơm nóng, dọn kèm dưa chuột và rau sống.

MÌ XÀO THỊT GÀ, HẠT ĐIỀU

Mì Ý hiện nay có bán rất nhiều ở các siêu thị bạn có thể lựa chọn, đủ các loại hình thù khác nhau. Bạn hãy thử chế biến và khám phá sự hấp dẫn của nó nhé.

NGUYÊN LIỆU:

- 400 g mì ống Ý
- Thịt lườn gà lọc hết xương
- Hạt điều, gừng, húng quế, gia vị và một ít dầu vừng (nếu có dầu oliu thì càng tốt)
- Đậu đũa

THỰC HIỆN:

Cho 3 cốc to nước (mỗi cốc khoảng ¼ lít) vào chảo đun dôi, rồi cho mì vào. Thêm một chút gia vị cho vừa ăn, tiếp tục đun sôi khoảng 2 đến 3 phút cho cạn nước rồi đổ mì ra đĩa.

Rửa sạch các loại rau quả. Riêng đậu đũa phải tước bỏ xơ và ngắt thành từng đoạn. Gừng gọt vỏ, thái chỉ.

Thịt gà sau khi lọc hết xương đem thái lát mỏng. Cho dầu vào chảo, chờ dầu sôi thả thịt gà vào đảo đến khi miếng thịt có màu vàng đều thì cho đậu quả, hạt điều, gừng, thêm gia vị đủ ăn và tiếp tục đun trong khoảng 3 phút nữa, khi đun luôn đảo đều tay. Tiếp đó đổ mì vào chảo đảo đều lại thêm khoảng 1-2 phút. Xúc mì ra bát, bày thêm một ít húng quế lên trên. Món này nên ăn nóng.

LẨU RAU

Khi ăn, nước dùng phải sôi kỹ, nhúng lần lượt các đồ còn lại vào nước lẩu chín tái là được. Món này ăn nóng. Nếu ăn cay thì nêm sa tế vào nồi lẩu sẽ dậy mùi thơm.

NGUYÊN LIỆU:

- Xương ống: 400 g
- Cá chép: 1 con (500 g)
- Nấm hương: 100g
- Khoai môn: 400 g
- Cải cúc, cải xanh: 500g
- Tỏi tây: 200 g
- Mì bánh đa: 400 g
- Gia vị, ớt, tai chua, đậu phụ

THỰC HIỆN:

Xương chặt khúc, ninh lấy nước ngọt. Cá sơ chế sạch, để ráo nước.

Nấm hương ngâm nở khía nhẹ phía trên mũ nấm tạo hoa. Tỏi tây cắt khúc khoảng 5 cm. Khoai môn gọt vỏ, cắt từng miếng vừa phải. Cải cúc nhặt bỏ rễ, rửa sạch để ráo nước. Đậu phụ xắt miếng lớn.

Khi xương đã ninh kỹ, gạn đổ nước dùng vào nồi lẩu. Đun nước dùng thật sôi, cho khoai, cá vào đun tiếp. Phải để nồi nước sôi liên tục tới lúc cá chín kỹ, khoai mềm nhừ là được. Bỏ nấm hương, tỏi tây, tai chua vào nồi lẩu đun tiếp, nêm vừa gia vị, nồi nước có vị ngọt đậm, hơi chua là được.

DỪA KHO CÀ CHUA

Đây là món mặn ăn cùng với cơm có vị chua, ngọt khá đặc biệt.

NGUYÊN LIỆU:

- Cùi dừa: 500g
- Cà chua: 100g
- Hành tươi, ớt quả
- Gia vị, nước mắm, dầu ăn

THỰC HIỆN:

Dừa chọn loại cùi dầy vừa phải vì loại này thịt mềm mà vẫn thơm. Dùng dao hoặc nạo để gọt sạch lớp vỏ cứng bên ngoài, rửa sạch rồi xắt dừa thành những miếng vuông vừa ăn. Cà chua chọn loại quả chín đều, nhiều bột. Rửa sạch bỏ hạt và xắt thành nhiều miếng mỏng. Hành nhặt bỏ rễ phần thân trắng cắt khúc khoảng 5 cm rồi chẻ nhỏ, ớt tươi bỏ hạt thái từng miếng mỏng.

Cho một thìa dầu ăn vào chảo, cho hành vào phi thơm rồi cho cà chua vào xào thật kỹ. Khi cà chua đã nhừ hết thì cho một chút nước gia vị, nước mắm vào đảo đều rồi trút dừa vào om cùng. Chú ý để nước sốt lúc đầu phải ngập dừa. Cứ đun nhỏ lửa như vậy cho tới lúc nước cạn gần hết, miếng dừa nhuộm màu đỏ ăn bùn và ngấm gia vị là được. Trộn ớt và hành tươi vào rồi bắc ra.

MẮM ĐU ĐỦ

Thực hiện thành công món này là đu đủ phải vừa chín, giòn, hương vị mắm thơm vừa ăn. Chúc bạn ngon miệng.

NGUYÊN LIỆU:

-1 quả đu đủ (500 g) vừa chín tới, gọt vỏ, rửa sạch, thái sợi (khoảng 3 mm)

- 300 g mắm cá cơm nguyên con (chọn loại ngon)
- Ớt hiểm tươi, băm nhỏ
- Tỏi giã nhuyễn
- 50 g thính gạo
- Chanh, đường

THỰC HIỆN:

Ngâm đu đủ thái sợi với nước vôi khoảng 30 phút, vớt ra, xả sạch nhiều lần, để ráo

Trộn mắm với đu đủ, ớt, tỏi và nửa phần thính, để mắm ngấm gia vị 2 ngày.

Khi dùng, cho lượng mắm vùa đủ dùng ra đĩa, trộn thêm một ít nước cốt chanh tươi, đường cho vừa miệng. Rắc thêm ít thính gạo lên trên mắm. Thưởng thức: Dùng với cơm hoặc bún, dọn kèm rau sống các loại.

LẨU DÊ

Lẩu là món ăn thích hợp cho những bữa ăn quây quần gia đình, người thân. Nhất là lẩu dê, có thể làm món nhậu lai rai thật thú vị cho buổi gặp mặt.

NGUYÊN LIỆU:

- Xương ống: 1 kg
- Thịt dê nạc: 500 g
- Đậu phụ: 5 bìa
- Bắp cải: 1 kg
- Cà rốt, cần tây: 200 g
- Mì bánh đa: 500 g
- Gia vị, sa tế

THỰC HIỆN:

Xương ống rửa sạch, đập giập, rồi cho vào hầm kỹ để lấy nước ngọt làm nước dùng. Ninh xương cần vớt bỏ những bọt nổi phía trên mặt nước để thật trong.

Thịt dê thái thành những miếng mỏng, rộng bản, ướp với một chút sả đã đập giập, ướp gia vị. Khi thịt ngấm thì cuộn thành những phần nhỏ, bày gọn lên đĩa.

Bắp cải xắt thành những miếng vuông, nhỏ vừa phải, rửa thật sạch, để ráo nước. Cà rốt gọt vỏ thái sợi, cần tây nhặt bỏ rễ, xắt khúc. Mì bánh đa ngâm nước 15 phút cho mềm. Đậu phụ xắt miếng lớn bày ra đĩa. Khi dùng, nêm gia vị vào nồi nước cho thật vừa, bỏ sa tế vào nồi nếu thích ăn cay rồi trút nước ra nồi lẩu đặt giữa bàn. Khi ăn, lần lượt nhúng từng thứ một vào nồi nước dùng

thật sôi để nhung chín mềm, thấm đẫm vị ngọt của nước dùng là được.

Nồi nước dùng sẽ ngon hơn nếu bạn cho vào vài củ khoai môn.

NEM GÀ KIỂU TRUNG HOA

Món ăn này khá đặc biệt, bạn hãy khám phá những hương vị khó quên nhé..

NGUYÊN LIỆU

- 150 g thịt gà (không có xương, da)
- 50 g nấm hương
- 150 g cải trắng (không lấy phần lá)
- 100 g lá chanh
- Bánh tráng loại ngon, bột mì, hạt tiêu, dầu vừng, bột đậu ván, đường, dầu ăn.

THỰC HIỆN:

Thịt gà rửa sạch, để ráo nước và thái hạt lựu, ướp thịt gà với chút hạt tiêu, dầu vừng, đường, bột đậu ván và gia vị vừa ăn. Để ngấm 10 phút. Ngâm nấm hương trong nước ấm cho mềm, vớt ra vắt kiệt nước và thái nhỏ. Cải trắng rửa sạch, cắt vát mỏng rồi cho vào chảo đảo qua với một chút dầu ăn. Múc ra để ráo nước.

Cho 2 thìa dầu vào chảo, đổ thịt gà vào xào qua. Nhấc chảo thịt gà ra bếp, cho nấm hương, cải trắng và lá chanh thái chỉ vào trộn đều. Sau đó, cho hỗn hợp vào rổ, để ráo nước làm nhân nem.

Pha bột mì với chút nước, để riêng. Cuốn ít nhân vào một chiếc bánh tráng, gói chặt tay, dùng một chổi quét nhỏ thấm vào bát bột mì và quét đều lên chiếc nem.

Chảo dầu thật nóng, rán ngập dầu cho đến khi nem chín vàng đều, vớt nem ra đĩa, cắt miếng và dùng với nước mắm pha giấm đường.

CÁNH GÀ CHIÊN BƠ

Khi gia đình có khách, bạn muốn dành nhiều thời gian trò chuyện, đồng thời vẫn chiêu đãi bạn bè món ngon, thì đây là món ăn thích hợp cho bạn.

NGUYÊN LIỆU

- Cánh gà: 4 cái;
- Bơ: 2 muỗng;
- Tỏi xay: 2 muỗng;
- Bột bắp: 50g;
- Củ hành, cà chua, salad Đà Lạt

Thực hiện:

Cánh gà làm sạch, chặt đôi, ướp 1/2 thìa café muối, 1/2 thìa café tiêu để khoảng 15 phút, san đó lăn cánh gà qua bột bắp. Chiên cánh gà vào chảo dầu nóng, khi cánh gà vàng đều thì vớt ra. Phi tỏi với bơ, sau đó cho cánh gà đã được chiên vàng đều vào, trở cánh gà đều tay cho đến khi thấm hết bơ là được

Trang trí cánh gà chiên bơ bằng củ hành, cà chua, salad xung quanh. Món này ăn với muối tiêu chanh.

HOA BÍ NỞ

Sau khi chế biến bạn hãy xếp từng bông bí ra đĩa, có thể lót thêm cải xoong bên dưới. Món này có thể dùng kèm với nước tương ớt.

NGUYÊN LIỆU:

- 71 bó hoa bí lớn, chọn đều nhau, nhặt bỏ nhụy, bóc sơ vỏ, rửa sạch bên trong, để ráo.
- 100 g thịt nạc dăm rửa sạch, để ráo, băm nhuyễn.
- 100 g cá thác lác.
- Củ hành tím băm nhuyễn.
- Hành lá lấy gốc.
- Muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Ướp thịt băm với gia vị gồm: muối, tiêu, đường, củ hành tím. Quết dẻo cá thác lác với gốc hành lá, muối tiêu, đường. Trộn thịt với cá thác lác, vo thành từng viên nhỏ vừa ăn. Dồn viên nhân vào bông bí.

Đun nước thật sôi, cho bông bí dồn thịt vào hấp cách thuỷ.

CƠM THÁI CỰC

Nhìn đĩa cơm sinh động bởi màu sắc và cách trình bày đã thấy hấp dẫn. Với món ăn này bạn sẽ tạo được sự bất ngờ cho thực khách.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 chén cơm trắng, 2 lòng đỏ trứng muối, 1 củ cà rốt, cắt nhỏ.
- 100 gr thịt nguội, cắt nhỏ.
- 50 gr nấm rơm, cắt nhuyễn.
- 50 gr củ cải mặn, 1 nhánh gừng, băm nhuyễn.
- 100 gr cải bó xôi, cắt nhuyễn.
- Muối, dầu ăn.

CHUẨN BỊ:

Cơm nấu sẵn để nguội.

Lòng đỏ trứng muối rửa rượu trắng, cho dầu vào hấp chín, tán nhuyễn. Củ cải mặn ngâm nước 30 phút vắt ráo, cắt nhuyễn.

THỰC HIỆN:

- Màu vàng cam: Xào cà rốt, 1/2 nấm rơm, 1/2 củ cải mặn, 1/2 thịt nguội, 1/2 cơm vào đảo đều. Cuối cùng cho lòng đỏ trứng muối. Nêm vừa ăn.

- Màu xanh: Xào nấm, củ cải, thịt nguội và cơm còn lại rồi cho bó xôi, nêm một chút vừa ăn.

TRÌNH BÀY:

Bẻ một miếng giấy có độ cong hình chữ S, xới cơm màu vàng cam ra đĩa, dùng tờ giấy trên ép vào cơm tạo độ cong. Phía bên cạnh cho cơm màu xanh. Hai màu cơm sẽ tạo thành một vòng tròn thái cực. Cắt một khoanh cà rốt và dưa leo (chỉ lấy vỏ xanh) cho vào vị trí của hai chấm tròn trên hai màu đối xứng.

CANH MĂNG NẤU CHÂN GIÒ

Bát canh măng là thứ không thể thiếu trong mâm cơm ngày lễ, tết, hay bữa giỗ. Đây được coi là món ăn truyền thống của người miền Bắc.

NGUYÊN LIỆU:

- Măng khô: 300 g.
- Chân giò: 1,5 kg.
- Mộc nhĩ, hành tươi.
- Gia vị, mì chính.

THỰC HIỆN:

Măng khô ngâm trong nước gạo 8-10 tiếng để măng nở hết, đem nhặt cắt bỏ phần già, rửa lại thật sạch, sau đó đem luộc kỹ bằng nước lã. Thay nước luộc khoảng 2-3 lần cho tới lúc nào nước luộc không còn màu vàng sậm nữa là được.

Chân giò cạo rửa sạch, chặt từng miếng to cho vào nước lạnh ninh thật kỹ.

Mộc nhĩ ngâm nở, nhặt cắt bỏ chân.

Hành tươi cắt bỏ rễ, phần củ trắng cắt khúc dài rồi chẻ theo chiều dọc. Phần cọng cắt thành khúc vừa phải.

Cho một chút mỡ vào chảo, phi thơm hành. Tiếp đó, cho măng đã chuẩn bị từ trước vào xào cùng một chút gia vị để miếng măng đậm đà.

Khi măng đã ngấm gia vị thì cho chung vào nồi chân giò ninh tiếp cho tới lúc cả hai món thật mềm là được.

Khi ăn, cho hành chẻ dọc và mộc nhĩ vào đun sôi khoảng 3 phút. Tiếp đó, cho hành cọng và nêm gia vị vừa ăn. Chỉ khi nào ăn bạn hãy đun nóng lại canh và cho hành.

GÀ NẤU ĐÔNG

Miếng thịt gà mềm ngọt mà không nát, nước thịt đông và trong, như vậy là bạn đã thành công với món ăn này.

NGUYÊN LIỆU:

- Gà mái tơ: 1,2 kg.
- Bì lợn: 150 g.
- Hành khô, gia vị, hạt tiêu.
- Dầu ăn, nấm, cà rốt.

THỰC HIỆN:

Gà làm sạch, mổ bỏ nội tạng rửa thật sạch, để ráo nước, rồi chặt thành miếng vừa ăn, ướp gia vị khoảng 15 phút cho ngấm.

Đun dầu ăn nóng già rồi cho thịt gà vào xào qua, sau đó đổ nước sôi vào xăm xắp gà đun nhỏ lửa.

Bì cạo sạch lông, thái miếng to bằng bao diêm, cho vào ninh cùng gà. Khi bì và gà đã chín mềm thì vớt bỏ bì, gà thì rút bỏ xương.

Nấm chọn 2-3 chiếc đẹp, ngâm nở, rửa sạch, cà rốt gọt vỏ tỉa hoa thái mỏng. Bày nấm và cà rốt xuống đáy bát rồi cho tiếp thịt gà lên phía trên. Nước ninh gà nêm thật vừa mắm muối, thêm chút hạt tiêu vào rồi đổ ngập lên gà. Để nước nguội rồi đặt bát thịt vào trong tủ lạnh cho đông.

Khi ăn, úp bát thịt ra đĩa rồi xắt thành từng miếng nhỏ vừa ăn.

MƯỚP ĐẮNG NHỒI THỊT

Món ăn này vừa đậm đà và lại giàu chất dinh dưỡng và có lợi cho sức khỏe. Khi ăn cắt ra từng miếng.

NGUYÊN LIỆU:

- 5 trái mướp đắng.
- 200 g thịt nạc dăm.
- 200 g cá thác lác.
- Hành tây một củ nhỏ.
- 1 lọn bún tàu.
- 2 nấm mèo, hành lá.
- Nước mắm + muối + đường + bột ngọt.

THỰC HIỆN:

- Mướp đắng: Lựa trái có màu xanh đậm, gai nở to thì ít đắng
- Dùng dao bén rạch bên hông trái mướp đắng, lấy hết hột, ngâm với nước có pha một chút muối, 15 phút sau vớt ra, để ráo.
- Thịt nạc dăm: Băm nhuyễn.
- Cá thác lác: Quết lại cho dai.
- Hành tây: Cắt hột lựu nhỏ.
- Bún tàu: Ngâm mềm, cắt nhỏ.
- Nấm mèo: Ngâm nở, cắt sợi nhỏ.
- Đun một nồi nước sôi có pha muối + đường, trụng sơ mướp cho bớt đắng, vớt ra, xả nước lạnh, để ráo.

- Trộn thịt + cá thác lác + hành tây + nấm mèo + bún tàu + muối + bột ngọt + tiêu + đường vừa ăn.

- Nhồi hỗn hợp trên vào trái mướp đắng, miết cho mịn.

- Dùng một cọng hành trụng sơ quấn quanh trái.

- Xếp mướp đắng vào nồi. Cho đầy nước, hầm mướp cho mềm.

- Muốn ngon hơn thì cho thêm xương để hầm có chất ngọt.

TAI LỢN NGÂM GIẤM

Thịt tai vừa ăn, trắng giòn, thơm ngon. Khi thưởng thức món ăn này bạn sẽ cảm nhận được vị lạ miệng, không bị ngán mà hấp dẫn vô cùng.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 lỗ tai hay mũi lợn.
- 1 lít giấm.
- 10 cọng hành lá.
- 1 muỗng cà phê phèn chua.
- 50 g đường trắng.
- 50 g muối.
- 3 trái ớt đỏ.
- 1 củ tỏi.
- 1 trái dừa tươi.

THỰC HIỆN:

- Thịt cạo rửa sạch, cắt miếng to (1 lỗ tai chia làm 4).

- Nấu nước thật sôi (1 lít nước) cho phèn chua hòa tan, luộc thịt chín nhưng không mềm.

- Vớt ra, ngâm ngay vào nước lạnh.

- Phèn chua (1/2 muỗng cà phê) ngâm vào một tô nước cho tan, rửa nhồi thịt cho thật sạch xả lại nước lã cho thật sạch.

- Tỏi xắt lát mỏng, hành lấy gốc trắng cắt khúc tỉa hai đầu (dài mỗi khúc 3 cm), ớt xắt sợi hay tỉa hoa nhỏ.

- Xếp thịt vào keo để tỏi, hành, ớt ở đáy và trên mặt thịt, gài lại.

- Nấu sôi giấm, nước dừa, muối, đường vừa ăn lọc sạch chế vào keo ngâm một tuần là được.

Chú ý: Keo phải luộc kỹ cả nắp để tránh hiện tượng mốc trắng trên mặt thịt. Nước giấm chế ngập thịt và cách miệng keo 1 cm.

BÚN RIÊU CUA

Những thực phẩm phụ kèm theo bún riêu là đậu phụ rán hoặc ốc bươu lấy nạc làm sạch, tẩm ướp muối tiêu, hành ta, xào chín. Tôm khô thường cho thêm cho ngọt nước riêu; trứng gà đánh vào để làm thêm loại riêu vẫn được gọi là riêu trứng..

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g cua đồng.
- 1/2 lít nước.
- 120 g cà chua chín.

THỰC HIỆN:

Cua làm sạch, bóc vỏ yếm, gỡ mai, nạo lấy gạch trong mai để riêng. Giã thật nát hoặc xay thật nhuyễn cua, bỏ mai. Nếu lấy mai nước sẽ đen.

Hòa cua xay với nước, để thật lắng, gạn lấy nước cua, bỏ xác. Cà chua cắt dọc làm tám; phi thơm ít dầu với hành ta băm, nêm vào chút muối, tiêu, ít bột ngọt tùy khẩu vị, xào chín mềm cà.

Hòa tan ít me vắt với nước lọc để riêng. Bắc nồi nước cua lên bếp, cho cà xào vào. Nấu nhỏ lửa, khi thấy nước vừa chớm sôi, hạ lửa xuống ngay để nước chỉ sôi váng hơi, riêu sẽ kết lại từ từ và nổi lên. Nếu để sôi bùng, riêu không kết lại được. Khi thấy đã kết riêu dày và nước trong, tùy khẩu vị nêm vào ít mắm tôm, nước mắm, nước me, muối... cho nước riêu đậm đà, hơi có vị chua nhẹ.

Xào ít dầu với hột điều màu, vớt bỏ hột điều, cho vào ít hành băm. Cho phần gạch cua vào xào chín, nêm chút tiêu muối. Trút phần gạch xào vào nồi riêu. Giữ nóng trên bếp với lửa nhỏ. Chia bún ra tô, múc riêu nóng vào, rắc thêm hành ngò, hành tây xắt

nhỏ. Dọn kèm rau muống chẻ, bắp chuối bào, giá, quế, ngò gai, kinh giới. Mắm tôm nguyên chất, nước mắm, chanh ớt tươi cắt lát.

GÀ CHIÊN LÁ DỨA

Những miếng gà rán vàng ruộm, thơm phức mùi lá dứa và các gia vị tạo ngay sự ngon miệng cho thực khách. Hãy cùng thưởng thức món ăn đặc biệt này nhé.

NGUYÊN LIỆU:

- ¼ con gà (lấy cả đùi lẫn lườn), rửa sạch, lóc hết xương, thái miếng bằng 4 đốt tay.
- Bột nghệ.
- 200 ml sữa tươi.
- Lá dứa, rửa sạch, lau khô.
- Muối, đường.

THỰC HIỆN:

Ướp thịt gà với gia vị gồm bột nghệ, muối, đường, sữa tươi. Bạn nên ướp thịt trước, cho vào tủ lạnh, để thịt ngấm gia vị khoảng 1 ngày (nếu vội, chế biến ngay cũng được, nhưng miếng thịt chưa ngấm sữa, sẽ ít béo hơn.

Cho mỗi miếng thịt gà vào một lá dứa, gói lại.

Dầu thật nóng, cho gà vào chiên đến khi lá dứa vàng giòn là gà chín (chiên nhiều dầu với lửa trung bình).

Vớt gà ra, để ráo dầu (hoặc cho lên giấy thấm dầu).

TRÌNH BÀY:

Xếp ra đĩa, trang trí vài lát cà chua.

Dùng nóng với muối tiêu chanh.

LẨU THỊT BÒ

Đã cuối tuần rồi, cả gia đình sẽ lại quây quần để thưởng thức những món ăn do chính bạn nấu. Một nồi lẩu sẽ là món quà khá thú vị cho người thân.

NGUYÊN LIỆU:

- Thịt bò thăn: 600 g.
- Xương lợn: 1 kg.
- Đậu phụ: 5 bìa.
- Cà chua: 300 g.
- Rau cải ngọt, cải cúc, rau cần: 1,5 kg.
- Gia vị, gừng.

THỰC HIỆN:

Xương lợn rửa sạch chặt khúc lớn. Đun sôi nước, cho xương lợn vào, khi nước sôi bùng thì trút đổ nước đó đi, cho nước lạnh vào ninh tiếp để lấy nước dùng. Khi ninh không đậy vung để nước thật trong.

Thịt bò thái lát mỏng ngang thớ rồi tẩm cùng với gia vị và gừng (gọt vỏ) băm nhỏ. Cà chua rửa sạch, cắt bỏ núm rồi thái miếng vừa ăn. Đậu xắt miếng vuông, rau cải cúc, cải ngọt, rau cần nhặt rửa sạch và để riêng từng loại. Rau cắt thành từng khúc khoảng 15 cm. Hành hoa phi thơm rồi cho ớt vào chưng.

Khi ăn, đổ nước dùng sang nồi lẩu, nêm thật vừa gia vị rồi bày các thứ lần lượt các đĩa để mọi người có thể tự nhúng ăn. Khi nước vơi cần chế thêm nước dùng để đủ ăn. Sau khi ăn những đồ trên có thể thêm một chút mì vào nồi lẩu để ăn cho chắc bụng. Có thể cho ớt chưng vào thẳng nồi nước dùng hoặc để riêng.

HOA KIM CHÂM XÀO

Đừng nghĩ rằng hoa không thể làm món ăn, với những bông kim châm bạn có thể chế biến được một món khá đặc sắc và hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- 100 g kim châm ngâm nở, rửa sạch, để ráo.
- 200 g tôm đất tươi, rửa sạch, bóc vỏ, bỏ chỉ đen, chà muối, xả sạch, để ráo.
- 250 g bao tử cá ba sa, rã đông, trụng sơ với nước sôi, vớt ra, để ráo.
- Hành lá thái khúc.
- Tỏi, củ hành tím băm nhuyễn.
- Muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Ướp tôm với hành tím, muối tiêu, đường, để tôm ngấm gia vị 10 phút.

Phi tỏi thơm, cho bao tử cá ba sa vào xào, nêm nước tương, muối, đường, tiêu.

Chảo nóng, cho dầu và tỏi vào phi thơm, đổ tôm vào xào với lửa lớn, cho tiếp kim châm vào xào, đảo đều. Tiếp tục cho bao tử cá vào chảo, trộn đều, nêm lại gia vị vừa ăn. Thưởng thức: Cho ra đĩa, rắc thêm một ít tiêu và hành lá lên trên. Dùng nóng với nước tương.

CHẢ GIÒ UYÊN ƯƠNG

Bạn muốn thể hiện tài nấu ăn của mình với người thương thì đây là một món khá lý tưởng. Chúc bạn thành công.

NGUYÊN LIỆU:

+ Nhân ngọt: 1 củ khoai tây cắt hạt lựu, 1 củ cà rốt, cắt hạt lựu, 2 trái chuối sứ, cắt hạt lựu, 50 gr đậu Petitpois, luộc chín, ngâm nước lạnh, 3 thìa xốt mayonnaise, 1 thìa sữa đặc có đường.

+ Nhân mặn: 100 gr tôm sú, rửa sạch bóc vỏ lấy gân lưng, cắt hạt lựu, 100 gr củ năng, cắt hạt lựu, 100 gr măng tươi, cắt hạt lựu, 5 tai nấm đông cô, rửa sạch ngâm mềm cắt bỏ chân nấm, cắt hạt lựu; 50 gr tiêu hột tươi, tách hột hành lá, cắt nhỏ. 1 thìa muối, 1 thìa đường, vỏ bánh bía, tương cà chua, tương ớt, dầu ăn.

THỰC HIỆN:

Trộn đều tất cả phần nhân ngọt và dùng vỏ bánh hoành thánh cuốn chả giò có dạng hình vuông. Trộn đều phần nhân ngọt và dùng vỏ hoành thánh để cuốn chả giò có hình tròn. Thả chả giò vào dầu chiên vàng.

THƯỞNG THỨC:

Chả giò ngọt dùng chung với tương cà chua, chả giò mặn dùng chung với tương ớt.

BÒ NƯỚNG CHANH VÀ BƠ

Để chuẩn bị cho 8 người ăn bạn sẽ mất khoảng 2 tiếng để chế biến. Hơi lâu một chút nhưng món ăn này khá hấp dẫn nên hãy kiên trì nhé.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 kg sườn bò.
- 3 tép tỏi, đập giập.
- Dầu ôliu.
- Tiêu giã sơ.

THỰC HIỆN:

Tẩm thịt bằng dầu ôliu. Xát tiêu và tỏi vào thịt.

Dàn than hồng quanh dưới xoong hứng nước thịt với độ khá nóng, đặt phần mỡ sườn ngửa trên vỉ, dưới là xoong hứng hạ thấp xuống rồi nướng đến lúc thước đo chỉ 700 độ C là cỡ tái (trong khoảng 120 phút), hoặc chín kỹ (khoảng 135 phút).

Lấy sườn ra để đó 10 phút rồi hãy chặt, dọn ra ăn với bơ.

HOA CẢI XÀO NẤM, CHAO

Món hoa cải xào nấm, chao là một trong những món chay rất ngon và hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g cải ngọt có hoa, nhặt phần non, ngâm rửa sạch, để ráo.
- 4 viên chao trắng, tán nhuyễn, nêm đường vừa ăn.
- 200 g nấm bào ngư, ngâm với nước muối pha loãng, xả sạch, xé đôi, vắt bớt nước, để ráo.
- Tỏi băm nhuyễn.
- Dầu mè.
- Muối, tiêu, đường, nước tương.

THỰC HIỆN:

Chảo nóng, cho dầu và tỏi vào phi thơm, cho nấm vào xào sơ, nêm nước tương, muối, đường, dầu mè, vừa ăn, cho ra đĩa. Phi tỏi thơm, xào cải, tiếp tục cho chao vào, đảo nhanh tay với lửa lớn. Cho nấm vào, trộn đều, tắt bếp.

THƯỞNG THỨC:

Cho thức ăn ra đĩa, rắc thêm ít tiêu, dùng nóng với cơm cùng nước tương ớt.

BÔNG HẸ XÀO SÒ LỤA

Bông hẹ giữ được màu xanh giòn. Sò lụa vừa chín không dai. Hương vị thơm, vừa miệng. Đó là yêu cầu thành phẩm của món xào này.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g sò lụa đã tách vỏ, rửa với muối, xả sạch, để ráo.

- 200 g bông hẹ, nhặt lấy phần non, thái khúc 4 cm, rửa sạch, để ráo.

- Tỏi băm nhỏ.

- Muối, tiêu, đường, nước tương.

THỰC HIỆN:

Chảo nóng, cho dầu và tỏi vào phi thơm, cho sò lụa vào xào, nêm muối, tiêu và ít đường (vì thịt sò lụa rất ngọt).

Sò lụa vừa chín tới, tắt bếp (không nên đun lâu vì thịt sò sẽ dai và ra nhiều nước).

Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho bông hẹ vào xào, nêm muối, nước tương, tiêu đường. Bông hẹ chín tái, tắt bếp, cho sò lụa vào, trộn đều.

THƯỞNG THỨC:

Cho ra đĩa, rắc thêm ít tiêu, dùng nóng với cơm và nước tương ớt.

LẨU CÁ QUẢ

Cùng những người thân quây quần bên nồi lẩu vừa nói chuyện vừa xuýt xoa thưởng thức món ăn do tự tay mình chế biến thì còn gì tuyệt hơn nữa.

NGUYÊN LIỆU:

- Cá quả: 1 kg.
- Đậu phụ: 5 bìa.
- Nấm hương, nấm tươi: 300 g.
- Rau cải ngọt, cải cúc, cần ta: 1,5 kg.
- Gia vị, thì là, hành hoa, gừng tươi, tai chua.

THỰC HIỆN:

Cá làm sạch, lọc thịt để riêng, xương và đầu để ninh lấy nước ngọt làm nước dùng. Phần thịt cá lạng thật mỏng rồi ướp cùng một chút gia vị, gừng tươi.

Hành hoa lấy phần thân trắng. Thìa là nhặt bỏ rễ, cải cúc, rau cần, cải ngọt nhặt rửa sạch, cắt khúc. Nấm nhặt rửa sạch, để nấm hương ngâm nở, cắt bỏ chân, khía phần mũ nấm để bày cho đẹp. Đậu phụ xắt thành những miếng nhỏ vừa ăn.

Khi nước dùng đã ninh kỹ, lọc bỏ xương, trút phần nước đã lọc sang nồi lẩu, nêm gia vị cho thật vừa. Lấy vài miếng tai chua rửa sạch rồi thả vào nồi nước dùng để có vị hơi chua là được. Cá xếp ra đĩa và rắc lên trên một chút hạt tiêu. Các thứ còn lại xếp thành từng góc riêng để xung quanh.

Cần luôn để nước nhúng thật sôi như vậy cá mới ngọt và không bị lạnh. Món lẩu cá sẽ ngon hơn nhiều nếu cho thêm vào đây một vài lát ớt tươi.

MẮM HUẾ XÀO THỊT

Mắm ruốc Huế là một trong các nguyên liệu có thể chế biến thành nhiều món ăn hấp dẫn. Món này ăn nóng hay nguội đều ngon, bởi hương thơm đặc trưng của nó. Bạn có thể ăn kèm với rau sống để thấy vị ngọt mát nơi đầu lưỡi.

NGUYÊN LIỆU:

- 100 gr mắm ruốc ngon.
- 20 gr sả bào hoặc băm nhuyễn.
- 10 gr ớt bột.
- 200 gr thịt ba chỉ hoặc nạc thăn.
- Tỏi, dầu ăn, đường.

THỰC HIỆN:

Tỏi băm nhuyễn

Thịt rửa sạch, để ráo. Nếu là thịt ba chỉ thì thái miếng nhỏ, nếu là nạc thăn thì băm nhuyễn, tùy sở thích của bạn.

Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho thịt vào xào đến khi săn lại. Tiếp tục cho sả, ớt, đảo đều tay đến khi có mùi thơm của sả.

Cho mắm ruốc vào đảo đều, thêm đường cho vừa ăn.

Trộn hỗn hợp trên lửa nhỏ khoảng 10-15 phút.

TRÌNH BÀY:

Trút mắm xào ra đĩa cùng vài lát ớt mỏng phía trên. Có thể thêm vài lá rau sống hoặc dưa chuột cắt lát mỏng quanh vành đĩa.

NỘM MƯỚP ĐẮNG

Hãy khai vị bằng đĩa nộm này, bạn sẽ khám phá ra sự hấp dẫn riêng biệt của món ăn chế biến từ các loại rau củ quả.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g mướp đắng, chẻ đôi, bỏ ruột, rửa sạch, để ráo. Thái lát mỏng, ngâm nước muối, vắt thật ráo.
- 1 củ cà rốt, rửa sạch, thái sợi vắt ráo.
- 1 cây mì căn.
- 100 g khoai lang thái sợi.
- Chanh, ớt.
- Rau răm, nhặt lá, rửa sạch, thái nhuyễn.
- Muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Rim mì căn với nước tương (phần gia vị gồm: nước tương, muối, tiêu, tỏi) xé thành sợi. Bạn có thể thay thế bằng thịt gà xé.

Cho khoai lang thái sợi vào xửng hấp chín.

Trộn đều mướp đắng, cà rốt, một nửa phần rau răm, lạc rang, nước cốt chanh, muối, đường, ớt. Để 10 phút. Cho mì căn và khoai lang vào trộn chung.

THƯỞNG THỨC:

Cho nộm ra đĩa, rắc rau răm, lạc rang. Dùng với nước mắm tỏi ớt chua ngọt.

ĐẬU PHỤ MẮM TÔM

Đôi lúc bạn muốn ăn một món gì đó thanh đạm nhưng vẫn hấp dẫn thì đây là thứ thích hợp nhất, đặc biệt là trong các bữa nhậu.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 miếng đậu phụ lớn, rửa sơ (cần rửa nhẹ tay vì đậu rất dễ vỡ), thái miếng vuông.
- 3 thìa mắm tôm Bắc.
- Rau tía tô, rau kinh giới, nhặt lá, rửa sạch để ráo.
- Tỏi băm nhỏ.
- Ớt băm.
- Chanh, đường.

THỰC HIỆN:

Cho lượng dầu vừa phải vào chảo. Dầu nóng, cho đậu vào rán sơ. Miếng đậu hơi cứng, vớt ra (nếu thích ăn giòn, cho dầu ngập xâm xấp miếng đậu, trở đều, khi đậu phồng vàng, vớt ra). Cho đậu vào giấy thấm dầu, tắp bếp.

Cho tỏi, ớt vào mắm tôm, vắt chanh cho mắm nổi bọt, đánh tan đều. Cho thêm vào một ít đường, nêm vừa miệng.

THƯỞNG THỨC:

Xếp lá tía tô ra đĩa, xen kẽ với lá kinh giới, xếp đậu phụ lên trên. Dùng nóng với bún và mắm tôm đã pha.

MẮM CÁ CƠM TRỘN DỨA

Giàu chất đạm, hương vị đậm đà, mắm là món ăn đặc trưng của người Việt Nam.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g mắm cá cơm nguyên chất.
- 1 quả dứa vừa chín tới, gọt vỏ, khứa bỏ mắt, rửa sạch, bỏ cùi, thái thành từng miếng nhỏ vừa ăn.
- Tỏi, ớt giã nhuyễn.
- Đường.

THỰC HIỆN:

Cho tỏi, ớt giã nhuyễn vào một bát lớn. Phần tỏi ớt nhiều hay ít tuỳ vào khẩu vị thích cay nồng hay cay vừa của mỗi người. Tuy nhiên, món ăn này không thể thiếu tỏi ớt vì chúng có tác dụng làm tăng vị ngon của món ăn.

Cho tiếp mắm cá cơm vào bát, trộn đều, nêm đường vừa miệng. Để 5 phút cho mắm ngấm gia vị. Cho dứa vào, trộn đều, khoảng 5 phút sau là dùng được. Thưởng thức: Dùng với cơm nóng, dọn kèm với rau sống. Món này còn dùng được với bún, rau sống và nước mắm tỏi ớt

LẨU MẮM

Khi bạn cùng với những người thân tổ chức một bữa tiệc nhỏ thì không gì thích hợp bằng một nồi lẩu nóng sốt. Được thưởng thức sự hấp dẫn của lẩu mắm thật là thú vị.

NGUYÊN LIỆU

- 500 g xương lợn, rửa sạch.
- 1 con cá lóc (900 g), làm sạch, thái khúc.
- 150 g mắm sặc (hoặc mắm cá linh, mắm lóc).
- 200 g tôm tươi, bóc vỏ, bỏ chỉ đen.
- 300 g mực tươi mực tươi, làm sạch, khứa vảy rồng, thái miếng.
- 200 g thịt quay, thái miếng.
- 1 quả cà tím, thái khúc.
- 4 thìa sả băm.
- 2 thìa ớt xay.
- Muối tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Hầm xương lợn với 2 lít nước, vớt ra, cho mắm vào tiếp tục nấu, lọc lấy nước. Ướp cá với ít tiêu, muối, đường. Dầu nóng, cho cá vào chảo xào sơ. Tôm hấp chín. Mực trụng sơ với nước dấm.

Cho sả, ớt, cá lóc, cà tím vào nồi mắm để lửa liu riu.

TRÌNH BÀY:

Cho mắm vào bát, cho tôm, mực, thịt quay lên trên. Dùng nóng với bún sợi to, rau ghém chanh, ớt.

HOA LÝ XÀO THỊT BÒ

Chỉ cần khoảng hơn chục nghìn đồng là bạn có thể có một đĩa xào khá hấp dẫn, đây là một món ăn đậm đà hương vị đồng quê.

NGUYÊN LIỆU:

- 100 g hoa thiên lý, ngâm rửa sạch, để ráo.
- 150 g thịt phi lê bò rửa sạch, thái lát mỏng.
- Dầu ăn.
- Tỏi băm nhỏ, muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Ướp thịt bò với tỏi băm, muối, tiêu, đường. Để ngấm gia vị khoảng 20 phút trong tủ lạnh. Chảo nóng, cho dầu vào, phi tỏi thơm, cho hoa thiên lý vào xào vừa chín tới. Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho thịt bò vào, đảo nhanh với lửa lớn. Thịt bò vừa chín tới, nêm gia vị vừa ăn, tắt bếp.

Cho hoa thiên lý vào trộn đều. Thưởng thức:

Cho thức ăn ra đĩa, rắc ít tiêu, dùng nóng với cơm cùng nước tương ớt.

Nếu xào nhiều thịt bò, nên chia thịt ra xào nhiều lần để thịt không bị dai và ra nước.

HOA BÍ XÀO NGHÊU

Để có một đĩa hoa bí xào ngon cần phải chuẩn bị kỹ càng và lửa to khi nấu. Nếu bông bí giòn ngọt, nghêu xào ra ít nước là đạt. Dùng món này với cơm và nước tương ớt.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g nghêu đã tách vỏ, chà muối, rửa sạch, để ráo.
- 1 bó hoa bí, nhặt bỏ nhuỵ vàng, bóc vỏ, rửa sạch, để ráo.
- Ớt thái lát, tỏi băm nhuyễn.
- Dầu ăn.
- Muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Ướp nghêu với gia vị gồm: một ít muối tiêu đường (ướp ít muối vì nghêu đã mặn sẵn), để ngấm gia vị khoảng 10 phút. Chảo nóng, phi tỏi thơm, cho nghêu vào xào với lửa lớn. Nghêu vừa chín, nêm lại gia vị vừa ăn.

Hoa bí xào vừa chín tới, nêm muối, tiêu, đường.

Xếp hoa bí ra đĩa, cho nghêu lên trên (có thể trộn chung nghêu với hoa bí), rắc thêm ít tiêu lên trên.

CANH CHUA HOA SO ĐŨA

Đây là một món ăn dân dã với các nguyên liệu rất đồng nội, dễ kiếm mà lại không quá đắt đỏ.

NGUYÊN LIỆU:

-100 g hoa so đũa, nhặt bỏ nhụy, rửa sạch, để ráo

- 2 con cá rô lớn (khoảng 600 g), làm sạch rửa với muối

- 1 quả cà chua rửa sạch, cắt múi cam

- 100 g giá

- 1 vắt me lớn, dầm lấy nước, bỏ xác

- Rau om, mùi tàu thái nhỏ

- Ớt thái lát

- Tỏi băm nhuyễn

- Nước mắm, muối, đường.

THỰC HIỆN:

Đun sôi 1 lít nước dùng, cho cá vào đun với lửa vừa

Nêm nước me, nước mắm, muối, đường vừa ăn

Cá vừa chín tới, cho cà chua, bông so đũa vào. Để nước sôi lại, tiếp tục cho giá vào Cho rau om, mùi tàu, ớt thái lát vào nồi tắt bếp. Phi tỏi thơm cho lên trên. Thưởng thức:

Múc canh ra tô, dọn kèm với nước mắm nguyên chất và vài lát ớt.

Dùng với cơm hoặc bún.

HOA CẢI XÀO NẤM, CHAO

Đây là món ăn chay nhẹ nhàng, ngon miệng, rất thích hợp khi bạn đã cảm thấy hơi ngán các loại thịt, cá.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g ngọn cải ngọt có hoa.
- 4 viên chao trắng.
- 200 g nấm bào ngư.
- Tỏi băm nhuyễn, dầu mè, muối, tiêu, đường, nước tương.

THỰC HIỆN:

Cải nhặt lấy phần non, ngâm rửa sạch, để ráo. Nấm bào ngư rửa sạch. Chao trắng tán nhuyễn, thêm đường vừa ăn.

Chảo nóng, đổ dầu và tỏi vào phi thơm, cho nấm vào xào nhanh tay. Cho một lượng vừa ăn nước tương, muối, đường, dầu mè. Sau đó, đổ ra đĩa.

Tiếp tục phi tỏi thơm, xào cải, cho chao vào đảo nhanh tay với lửa lớn. Cải gần chín, đổ nấm vào trộn đều, tắt bếp.

TRÌNH BÀY:

Để thức ăn ra đĩa, rắc thêm ít tiêu. Ăn nóng với cơm, chấm nhẹ một ít tương ớt ngọt.

ĐẬU PHỤ NGŨ VỊ

Từ nguyên liệu chính là đậu phụ (đậu hũ) trắng, bạn có thể chế biến thành món ăn ngon, lạ miệng cho cả nhà. Thời gian làm chỉ khoảng 20 phút.

NGUYÊN LIỆU:

- Chọn đậu phụ trắng, mềm, loại dài, số lượng tùy thích.
- Bột mì, ngũ vị hương.
- Tỏi băm nhuyễn.
- Gia vị, dầu ăn, nước lọc.

THỰC HIỆN:

Đậu phụ rửa sạch, để ráo, thái lát dày 1 cm, thật nhẹ tay vì đậu rất dễ vỡ.

Trộn hỗn hợp bột mì, ngũ vị hương, tỏi, nước cho thật mịn. Không cho thêm đường vì đậu sẽ bị khét khi rán.

Nhúng từng miếng đậu vào hỗn hợp sao cho bột bám đều. Không nên cho tất cả đậu vào cùng một lúc, tránh vỡ đậu.

Đổ dầu vào chảo, đợi thật sôi thì cho đậu vào rán. Nếu dầu chưa sôi thì bột sẽ tách khỏi miếng đậu và dính vào đáy chảo, gây cháy khét

Đậu vàng đều thì vớt ra, đặt lên giấy thấm dầu, khi ăn sẽ không bị ngấy

TRÀNG LỢN HẤP GỪNG

Đây là một món ăn dân dã nhưng khá hấp dẫn cho những bữa nhậu.

NGUYÊN LIỆU:

- 500 g tràng lợn, rửa sạch với muối và phèn chua nhiều lần, xả sạch, để ráo nước.
- 50 g gừng, gọt vỏ, rửa sạch, thái sợi.
- Rau răm, nhặt lá, rửa sạch, thái nhỏ, hoặc để nguyên lá.
- Mắm tôm, chanh ớt, nước tương, muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Đun nước sôi, cho ít muối vào nồi nước. Thả tràng vào, luộc vừa chín tới, vớt ra, thả ngay vào chậu nước nguội. Vớt ra để ráo nước.

Thái tràng thành miếng vừa ăn. Ướp gia vị gồm: nước tương, muối, đường, tiêu, gừng, ớt thái lát. Cho vào xửng hấp 3 phút cho ngấm gia vị.

Pha mắm tôm: 2 thìa mắm tôm, 2 thìa nước cốt chanh, 1 thìa đường, ớt băm, tỏi băm. Đánh cho hỗn hợp nổi bọt.

HẾN TRỘN VỪNG

Món này bạn có thể ăn cùng bánh đa nướng. Vừa nhâm nhi cốc bia vừa bẻ miếng bánh để xúc hến thì thật là tuyệt.

NGUYÊN LIỆU:

- 3 kg hến, ngâm, rửa sạch, hấp chín, gỡ lấy thịt hoặc 300 g thịt hến đã gỡ sẵn.
- 50 g vừng trắng, rang vàng.
- 1 thìa sả băm, rang vàng thơm.
- Rau răm, nhặt lá, rửa sạch, thái sợi.
- Ớt thái lát.
- Bánh đa vừng.
- Nước mắm, muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Trộn hến với vừng rang, sả rang, ớt, nêm gia vị vừa miệng. Để ngấm gia vị 10 phút.

Cho hến đã trộn gia vị vào chảo cháy với lửa vừa, nêm lại cho vừa miệng. Cho rau răm vào trộn đều, tắt bếp.

Bánh đa có thể nướng hoặc chiên vàng. Tiện hơn, bạn có thể mua bánh đã nướng sẵn. Thưởng thức: Cho ra đĩa, trang trí thêm rau răm xung quanh.

RAU CÀNG CUA TRỘN CUA

Trong bữa tiệc món này dùng để khai vị, rất ngon và lạ miệng.

NGUYÊN LIỆU:

-200 g thịt nạc cua, bảo quản ngay trong ngăn đá tủ lạnh khi chưa dùng.

- 400 g rau càng cua, nhặt rửa sạch, để ráo nước.
- ½ chén giấm nuôi.
- 2 thìa đường.
- 1 thìa tỏi phi thơm.
- 1 thìa muối.
- 1 thìa bột năng.
- ½ thìa tiêu.

THỰC HIỆN:

Trộn hỗn hợp gồm: ½ chén giấm, đường, tỏi phi, muối, bột năng pha loãng, tiêu.

Xếp rau càng cua ra đĩa.

Đảo nhanh thịt nạc cua với hỗn hợp gia vị vừa trộn. Khi nước sanh sánh, tắt bếp. Cho cua lên trên đĩa rau càng cua đã xếp sẵn.

Thưởng thức: Dùng với cơm nóng và nước tương ớt.

BẦU LUỘC TRỨNG

Không xào, không rán, nhưng vẫn thơm ngon, dễ tiêu và dinh dưỡng là đặc trưng của món ăn này.

NGUYÊN LIỆU:

-1 quả bầu (500 g), gọt vỏ, rửa sạch, thái khoanh tròn dày 2 cm.

- 3 quả trứng vịt (hoặc trứng gà).

- Hành lá, rửa sạch, thái khúc.

- Chanh, ớt.

- Muối, nước mắm.

THỰC HIỆN:

Nước sôi cho ít muối vào nồi nước, cho bầu vào luộc với lửa lớn.

Thời gian luộc tuỳ theo bạn thích dùng mềm hay vừa mềm tới. Bạn có thể thay công đoạn chế biến này bằng cách hấp, miếng bầu sẽ ngọt hơn nhưng không mềm như luộc. Thái làm 4 hoặc 6 miếng vừa ăn, xếp ra đĩa.

Trụng hành lá với nước sôi, vớt ra.

Trứng luộc chín, bóc vỏ, cắt khoanh tròn (dày 1-1,5 cm).

Xếp trứng lên từng miếng bầu cho hành lá xung quanh.

THƯỞNG THỨC:

Dùng với nước mắm ngon, chanh, ớt (có vị mặn chua nhẹ).

CÁ HẤP MÍA

Món cá này có thể ăn nóng với bún, rau sống, hoặc cơm và nước mắm chua ngọt.

NGUYÊN LIỆU:

- 4 con cá bạc má (hoặc cá ngân), làm sạch, để ráo.
- 2 cây mía lau, gọt sạch vỏ, chặt khúc, chẻ nhỏ.
- Rau răm, nhặt lá rửa sạch.
- Hành, tỏi băm nhỏ.
- Muối, tiêu, đường, nước mắm ngon.

THỰC HIỆN:

Ướp cá với muối, tiêu, đường, nước mắm, hành tỏi băm. Để ít phút cho thấm gia vị. Cho ít rau răm vào bụng cá. Xếp mía dưới khay, đặt cá lên trên. Xếp một lớp mía, một lớp cá. Trên cùng là một lớp mía. Xếp rau răm quanh nồi. Nước sôi, cho khay cá vào hấp cách thuỷ. Thỉnh thoảng xả hơi nước.

Dùng tăm hoặc đầu đũa xăm thử, không ra nước hồng là cá chín. Thưởng thức: Bày cá ra đĩa, trang trí với ớt, củ hành tím, hành lá.

NỘM PHỔ TAI

Giòn, có vị chua ngọt, đó là sự hấp dẫn rất riêng của món nộm này. Bạn có thể bắt đầu bữa tiệc bằng món ăn nhẹ nhàng này.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g phổ tai, ngâm 20 phút, vớt ra xả sạch, thái khúc, để ráo.
- 500 g dưa leo, rửa sạch, bỏ ruột, thái sợi.
- 300 g cà rốt, thái sợi.
- ½ ức gà, rửa sạch.
- 50 g lạc rang, bỏ vỏ, giã nhuyễn.
- 3 quả chanh, vắt nước.
- Muối, đường, nước mắm.

THỰC HIỆN:

Ức gà luộc chín, xé sợi, bỏ xương. Bóp dưa leo, cà rốt với muối, xả sạch, vắt ráo. Trộn nước cốt chanh với 4 thìa đường, 4 thìa cà phê nước mắm.

Khuấy đều cho đường tan. Trộn hỗn hợp gồm phổ tai, dưa leo, cà rốt, thịt gà, ½ thìa lạc rang, ớt, với hỗn hợp nước chanh.

THƯỞNG THỨC:

Dọn ra đĩa tròn lớn, rắc thêm ít lạc rang lên trên, trang trí vài lát ớt và rau mùi.

Dọn kèm với bánh đa nướng hoặc bánh phồng tôm

CÁ NƯỚNG CHANH

Vị chua của chanh sẽ át đi cái tanh của cá, không những thế, nó còn làm cho món ăn thêm đậm đà. Cá nướng chanh thích hợp cho cả bữa cơm hằng ngày lẫn dịp lễ tết.

NGUYÊN LIỆU

- 1 khúc giữa cá thu (khoảng 500 g).

- Chanh tươi, gia vị, dầu ăn, nước mắm, mì chính, ớt, tỏi, than hoa.

THỰC HIỆN:

Chọn loại cá thu tươi, lấy một khúc to, rửa sạch, để ráo nước vàkhía sâu thành 4 lát (nhưng vẫn dính vào nhau). Ướp cá với gia vị, dầu ăn trong khoảng 10 phút.

Chanh tươi chọn quả to, cắt lát dày, mỗi chỗ khía cho một lát chanh vào giữa.

Quạt hồng than hoa, đặt cá vào vỉ rồi nướng. Trong quá trình nướng, vắt lấy nước cốt chanh trộn với dầu ăn và rưới đều lên mình cá. Nướng kỹ, trở đều hai mặt cá.

Khi lấy thịt, cá chín vàng đều, dậy mùi thơm ngào ngạt.

Pha nước chấm gồm nước mắm, chanh, ớt, tỏi, tiêu xay, mì chính. Cá ăn nóng với nước chấm, kèm một chút rượu hoặc bia.

CÁ QUẢ NƯỚNG ỐNG TRE

Khi nào bạn cảm thấy đã quá ngán cá kho hay rán, hãy chuyển sang cá nướng. Điều đặc biệt của món ăn hôm nay là cá được nướng trong ống tre, sẽ mang đến cho bạn một hương vị thật kỳ lạ.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 con cá khoảng 700 g-1 ống tre dài khoảng 40 cm.

- 1 giấy thiếc để bọc ống tre.

- Than hoa.

- Rau xà lách, rau ngổ, khế chua, chuối xanh, gừng, tỏi, hành khô, tiêu xay, đường, mì chính, nước mắm, chanh tươi, ớt.

THỰC HIỆN:

Cá đánh vẩy, bóc bỏ mang, rửa sạch, để ráo. Để nguyên cả con hoặc lạng đôi con cá nhưng vẫn giữ nguyên xương sống của cá.

Phi mỡ già, cho hành, tỏi băm khô nhỏ vào phi thơm rồi trộn đường, mắm, mì chính cho đều và phủ lên cá, hoặc xát vào giữa mình cá cho ngấm gia vị.

Ống tre rửa sạch, để khô rồi chẻ lấy một nửa, tráng mỡ rồi cho cá vào, bọc giấy thiếc, sau đó nướng trên bếp than hoa trong khoảng 15 đến 20 phút. Cá nướng xong đưa vào nửa ống tre còn lại. Rau sống nhặt, rửa sạch. Chuối xanh bóc vỏ, thái chỉ, ngâm vào nước chanh để đỡ thâm. Gừng cạo vỏ, rửa sạch, thái chỉ.

Bày cá trên đĩa to hình bầu dục, đặt rau sống, chuối xanh, gừng xung quanh và cá vào giữa.

Thưởng thức: Cá quả nướng ống tre ăn với rau sống và chấm nước mắm có pha chanh, ớt.

CẦN TÂY XÀO HẠT ĐIỀU

Nguyên liệu dễ kiếm mà cách chế biến cũng đơn giản, bạn không phải mất quá nhiều thời gian mà vẫn có được một món xào hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- Tôm thẻ lớn: 300 g.
- Cần tây: 200 g.
- Hạt điều: 100 g.
- Tỏi, gừng, băm.
- Nước dùng: 0,5 kg xương hầm lấy một ít nước.
- Tiêu, muối, bột nêm vị gà, dầu ăn, bột năng.

THỰC HIỆN:

Tôm lột vỏ, chừa đuôi, chẻ lưng lấy chỉ đen, rửa sạch, ướp muối và bột nêm gia vị gà.

Cần tây rửa sạch, cắt khúc 2 cm.

Bắc chảo dầu nóng, cho hạt điều vào chiên sơ rồi vớt ra, đổ dầu ra hết. Tỏi, gừng băm phi thơm. Cho tôm và cần tây vào xào gần chín, sau đó bỏ hạt điều, nước dùng, tiêu, muối, bột nêm vị gà, bột năng xào sơ cho khô, nêm lại vừa ăn.

CHUỐI ĐỐT RƯỢU

Món chuối đốt rượu này rất thơm và lạ miệng. Dùng nóng hay nguội đều ngon.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 quả chuối sứ
- 50 g đường ngà
- 100 ml rượu rum

THỰC HIỆN:

Chọn chuối thật chín, không bị dập, bóc vỏ, có thể để chuối nguyên quả hoặc ép hơi dẹp, tùy ý thích.

Cho đường vào chảo, cho một ít nước sôi vào (lượng nước chỉ vừa đủ cho đường có độ ẩm).

Nấu sôi cho đến khi thấy đường bắt đầu kéo chỉ, ngả sang màu vàng nâu là được.

Xếp chuối ra đĩa, rưới nước đường lên trên.

Đổ rượu rum vào đĩa chuối, châm lửa đốt. Để lửa cháy trong khoảng nửa phút.

SÒ HUYẾT XỐT CHUA CAY

Đến cuối tuần, bạn có thể cải thiện bữa ăn cho gia đình mình bằng món hải sản bình dân này.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg sò huyết, chọn con to, chắc thịt, rửa sạch bùn, tách vỏ. Thịt sò để ráo nước.
- Tỏi, ớt băm nhuyễn.
- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn.
- Hành lá rửa sạch, thái nhuyễn.
- Dấm, dầu ăn.
- Nước mắm, đường, muối, tiêu.

THỰC HIỆN:

Dầu nóng, cho hành, tỏi, gừng, ớt vào chảo đảo đều. Đợi hỗn hợp có mùi thơm, cho thịt sò vào, đảo nhanh với lửa lớn. Nêm nước mắm, muối tiêu, đường, dấm sao cho món ăn có vị chua cay là được.

Cho thịt sò vào từng nửa mảnh vỏ sò đã rửa sạch.

THƯỞNG THỨC

Nếu thích dùng cay, có thể xào sò cùng với tương ớt sa tế, hương vị sẽ đậm đà hơn. Trình bày với rau sa lát, hoặc cải xoong. Dùng nóng.

CHIM CÚT NƯỚNG TỎI ỚT

Món này dùng kèm với cơm nếp, xôi chiên phồng hay bánh mì và tương ớt, khi bày nhớ xếp cà chua, sa lát cho sinh động.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 con chim cút, làm sạch, chẻ đôi theo đường bụng, để ráo nước.

- 10 g tôm khô, ngâm mềm, giã nhuyễn.

- Tỏi, ớt, rau mùi băm nhuyễn.

- Gừng gọt vỏ, băm nhuyễn.

- Dầu ăn, muối, tiêu, đường, nước mắm, xì dầu.

THỰC HIỆN

Trộn gia vị: hành lá, tỏi, gừng, ớt, mùi, tôm khô, nước mắm, muối, tiêu, đường và dầu ăn. Ướp chim cút với hỗn hợp gia vị trên. Để khoảng 1 giờ cho cút ngấm gia vị. Nướng cút chín vàng bằng lò nướng, hoặc có thể nướng bằng vỉ trên bếp than hồng.

BÒ NƯỚNG BƠ

Món này vừa ngậy mùi bơ quện với thịt nhưng không hề ngấy. Chỉ cần nhìn đĩa thịt thôi bạn đã muốn thưởng thức ngay rồi.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 kg sườn bò.
- 3 tép tỏi, đập giập.
- Dầu ô liu.
- Hạt tiêu giã sơ.

THỰC HIỆN:

Tẩm thịt bằng dầu ôliu. Xát tiêu và tỏi vào thịt. Cắm thước đo vào giữa nhưng không đụng giẻ sườn. Dàn than hồng quanh dưới xoong hứng nước thịt với độ khá nóng (thử hơ tay đếm 3 giây), đặt phần mỡ sườn ngửa trên vỉ, dưới là xoong hứng hạ thấp xuống rồi nướng đến lúc thước đo chỉ 700 độ C là cỡ tái (trong khoảng 120 phút), hoặc chín kỹ (khoảng 135 phút). Lấy sườn ra để đó 10 phút rồi hãy chặt, dọn ra ăn với bơ.

BÒ NƯỚNG MÙ TẠT

Chỉ khoảng 20 phút là bạn đã có thể chế biến được món ăn này. Với món bò nướng bạn đã có bữa ăn thịnh soạn cho ngày cuối tuần.

NGUYÊN LIỆU:

- 1,5 kg thịt nạc thăn bò.
- 1/4 tách hạt mù tạt nghiền thô.
- 2 thìa canh dầu ôliu.
- 2 thìa canh rượu Brandy.
- Hạt tiêu mới xay.

THỰC HIỆN:

- Lạng bỏ mỡ bò, trộn đều phụ gia gồm mù tạt, Brandy, dầu và hạt tiêu rồi phết đều lên thịt.

- Vun than hồng lên, nướng thịt trong 6 phút hoặc đến độ chín như ý.

PHỞ GÀ

Nói đến các món ăn của Việt Nam không thể không nhắc đến phở. Còn gì thú vị hơn khi được thưởng thức món ăn này ở phố Lý Quốc Sư hay phở Thìn Hà Nội. Nhưng sẽ càng thú vị hơn khi được thưởng thức bát phở do chính tay mình chế biến.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 con gà mái ta: 2 kg.
- Bánh phở: 1 kg.
- Hành khô: 100 gr.
- Tôm nõn khô
- 2 củ gừng.
- Nước mắm ngon: 100 gr.
- Hành lá, mùi, lá chanh, giấm, tương ớt.
- Gia vị: 2 trái chanh, giá sống, ớt trái.

THỰC HIỆN:

Xương lợn rửa sạch, chặt nhỏ rồi cho vào nồi đổ ngập nước, đun thật sôi. Lấy muôi vớt bỏ bọt, hạ lửa cho vừa để nồi nước chỉ sôi lăn tăn (chú ý phải vớt bỏ bọt nhiều lần để nước dùng thật trong).

Gà làm sạch, mổ moi rửa sạch trong bụng cho hết nước đỏ. Đổ nước cho vừa ngập gà, thêm vào chút muối, hành giã nhỏ, gừng giã giập rồi bắc lên bếp đun sôi. Lấy muôi hớt bỏ những phần bọt. Khi nào thấy gà nổi lên và có váng mỡ trên mặt nước là gà đã chín. Vớt gà ra, treo lên cho ráo nước trong bụng và nhanh nguội.

Chờ gà nguội, lọc lấy phần thịt (không nên xé thịt gà miếng nhỏ quá vì sẽ nhanh khô, không ngon). Phần xương gà còn lại cho tiếp vào nồi nước luộc lúc nãy, hầm tiếp cho ngọt nước.

Lọc phần nước xương lợn và nước luộc gà đổ vào một nồi. Tôm nõn nướng qua, cho vào miếng vải mỏng buộc lại thả vào nồi. Đến khi nước sôi, nêm nếm lại rồi chia phở ra tô, lấy phần thịt gà xếp lên trên với hành ngò, chan nước lên phở.

CƠM GÀ

Đã đến cuối tuần. Bạn có thể trổ tài đầu bếp với món ăn này. Chỉ nhìn đĩa cơm thôi bạn đã thấy sự hấp dẫn của nó. Hãy mời người thân cùng thưởng thức, họ sẽ thấy thú vị lắm đấy.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 chén gạo thơm.
- 1 đùi gà.
- 150g cải thảo.
- 1 củ cà rốt nhỏ.
- 1 thìa canh gừng, ớt, tỏi giã nhỏ.
- 1 thìa canh muối hột.
- 1 thìa canh giấm.
- 1 thìa canh đường.

THỰC HIỆN:

Cơm nấu bằng nước dùng gà.

Đùi gà rửa sạch, khứa hai bên mặt, cho vào đĩa sâu lòng, đem hấp cách thủy 30 phút, nhấc xuống. Cà rốt gọt vỏ, rửa, tỉa hoa cắt lát mỏng. Cải thảo cắt ngắn, ướp muối hột, để 30 phút (10 phút xốc 1 lần để cải ngấm muối), rửa cải trong nước lạnh nhiều lần, vắt ráo, gỡ rời.

Trộn cải với cà rốt, ớt, gừng, tỏi giã nhỏ, giấm, đường, cho vào tủ lạnh trước khi dùng hai giờ.

Bày cơm ra đĩa, để đùi gà và cải thảo một góc đĩa, dọn ăn với nước tương ngon.

CÁ MÒI XỐT

Món này chế biến nhanh, gọn, rất thích hợp cho bữa trưa nhẹ nhàng mà vẫn đủ năng lượng. Thưởng thức cá mòi xốt kèm với rau xà lách và vài lát bánh mì.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 hộp cá mòi (mua tại các siêu thị, cửa hàng thực phẩm chế biến).
- 1 củ hành tây nhỏ.
- 1 quả cà chua chín.
- 1 cây xà lách.
- Muối, tiêu, đường, ớt, rau mùi, dưa chuột để trang trí.

THỰC HIỆN:

- Mở nắp hộp, lấy cá và nước xốt thật khéo, không để cá bị nát.
- Hành tây bóc vỏ, rửa sạch, cắt thành múi. Giữ lại một ít cắt khoanh tròn để trang trí.
- Cà chua tỉa hoa. Xà lách rửa sạch.
- Chảo nóng, cho dầu vào phi tỏi thơm. Cho hành tây cắt múi vào xào nhanh tay. Trút cá mòi vào, thêm ít gia vị cho vừa ăn rồi tắt bếp ngay.

THƯỞNG THỨC:

Xếp cá ra đĩa. Trang trí với cà chua, hành tây, ớt, rau mùi, dưa chuột. Dùng ngay khi còn nóng.

CÁ NGỪ HẤP CẢI RỔ

Món này khá hấp dẫn mà giá thành tương đối rẻ, hơn nữa lại không ngốn quá nhiều thời gian của bạn.

NGUYÊN LIỆU:

-1 hộp cá ngừ ngâm dầu (của Vissan hoặc Hạ Long)

- 300 g cải rổ
- Muối tiêu, đường, nước tương, dầu ăn, tỏi, hành lá, rau mùi
- Bánh mì

THỰC HIỆN:

Cải rổ nhặt sạch, cắt ngắn 3 cm, rửa sạch, để ráo. Trụng sơ qua với nước sôi, để ráo.

Bắc chảo nóng, cho dầu ăn và tỏi phi thơm. Cho cải vào xào đều, nêm gia vị. Trút cá vào (dùng luôn cả nước dầu trong cá), đảo đều, nêm lại cho vừa ăn

TRÌNH BÀY

Xếp cải rổ phía dưới đĩa. Trút cá lên trên. Cho hành lá và rau mùi cắt khúc, rắc tiêu.

Ăn nóng cùng với bánh mì

Có thể dùng thêm muối tiêu, chanh, tương ớt hoặc nước tương nếu thích.

BÚN TÔM - THỊT LUỘC

Sau khi chế biến bạn có thể trình bày theo cách sau để món ăn thêm phần hấp dẫn: xếp xà lách quanh đĩa, xếp thịt lên trên, tôm chua ở giữa.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 lọ tôm chua nhỏ (200 g).
- 300 g thịt chân giò hoặc thịt ba chỉ.
- Xà lách, dưa chuột, rau thơm.
- 1 kg bún tươi.
- 2 bát nhỏ nước dừa tươi.
- Nước mắm, chanh, đường, tỏi ớt.

THỰC HIỆN:

Thịt cạo rửa sạch, để ráo.

Đun sôi 1 chén nước dừa, 1 chén nước lã, 1/2 thìa muối. Thả thịt vào, luộc chín. Ngâm nước nguội cho thịt trắng. Vớt ra, cắt lát mỏng.

Pha nước mắm chua ngọt, đun 4 thìa đường với 1/2 bát nước dừa, để nguội. Pha hỗn hợp này với 3 thìa nước mắm, nước cốt 1 quả chanh. Khuấy đều, nêm vừa ăn, cho ớt, tỏi băm nhuyễn vào.

THƯỞNG THỨC:

Ăn kèm dưa chuột, rau thơm và bún (hoặc bánh tráng cuốn), chấm nước mắm chua ngọt.

BÚN HOA

Với một số nguyên liệu đã chế biến sẵn bạn sẽ có được món ăn sáng thật ngon mà không mất nhiều thời gian.

NGUYÊN LIỆU:

- 50 g bún tàu, chiên giòn.
- 160 g bông cải, cắt vừa ăn, trụng chín tái.
- 150 g tim, gan, cật, chà muối, xả sạch, để ráo, ướp gia vị (tỏi phi thơm, muối tiêu, đường dầu mè) để thấm 10 phút.
- Muối tiêu, đường dầu mè đen, hành, rau mùi.

THỰC HIỆN:

Phi thơm tỏi, cho tim, gan, cật xào chín. Nêm gia vị vừa ăn. Dùng chảo khác để xào bông cải, nêm gia vị. Trút hỗn hợp tim gan vào, đảo đều.

TRÌNH BÀY:

Xếp bún tàu chiên giòn ra đĩa. Trút hỗn hợp xào lên trên, rắc tiêu và rau mùi, ăn nóng với nước tương.

Có thể làm xốt chua ngọt (1 thìa bột năng, 3 thìa dấm, 2 thìa đường, nửa thìa muối, 1 thìa tương xí muội, 2 thìa nước dùng. Khuấy tan, xào đều) chan lên bún.

THỊT GÀ CHIÊN XÙ

Lâu lâu bạn muốn trổ tài đầu bếp để chiêu đãi bạn bè thì không gì thích hợp hơn là món gà chiên này. Nguyên liệu dễ kiếm mà cách chế biến cũng tương đối đơn giản.

NGUYÊN LIỆU:

Nạc ức gà, lấy da để riêng, cắt thành miếng khoảng hai ngón tay, dày chừng 1 cm.

Cho từng miếng thịt vào bao nylon sạch, dùng búa chuyên dụng dần cho miếng thịt mỏng ra còn bằng 1/3 bề dày ban đầu, cắt sửa miếng thịt cho đều nhau, đẹp mắt; miếng thịt phải có độ mỏng vừa đủ để khi vỏ bột vàng giòn là thịt cũng vừa chín. Phần da gà cắt miếng hình thoi khoảng nửa hai ngón tay.

Ướp trộn mỗi 500g thịt với: 3/4 muỗng cà phê muối +1/2 muỗng nhỏ tiêu + 1 muỗng xúp hành ta băm nhuyễn, để thịt qua một giờ trong tủ lạnh.

Pha hỗn hợp:

Trộn 200g bột với 1 trứng gà đánh tan, khuấy đều. Xem thử bột loãng, đặc, cho chút sữa tươi vừa đủ để khi nhúng thịt vào, bột chỉ bám một lớp vừa mỏng quanh thịt. Cuối cùng, nêm vào 1/4 muỗng cà phê muối cho hỗn hợp trứng - bột đậm đà. Chuẩn bị 1/2 tô nhỏ bột chiên xù. Chảo nhiều dầu.

Chiên:

Nhúng từng miếng thịt gà vào bột trứng, để chảy vừa hết, lăn vào bột chiên xù để bột bám một lớp dày đều. Thả vào dầu nóng, canh vừa lửa, chiên thấy bột ngoài trở vàng giòn là được. Vớt ra, đặt thịt lên giấy thấm cho hút ráo dầu.

Xốt cà để chấm gà:

Pha loãng 1/2 chén xốt cà chua đặc với ít đường cho có vị ngọt nhẹ rồi nêm vào ít chanh để thêm vị chua, sau cùng thêm 1/5 muỗng cà phê muối. Phi thơm 1/2 muỗng xúp dầu ăn với 1/2 muỗng cà phê gừng non băm nhỏ, cho xốt cà vào nấu sôi, nêm vào 1/2 muỗng cà phê dầu mè đen trước khi bắc xuống.

NEM RAU

Nem rán là món ăn đặc sản của Việt Nam. Ngoài nhân nem bằng thịt còn có cả nhân nem bằng rau... Và bây giờ mời bạn hãy thử làm theo cách sau đây.

NGUYÊN LIỆU:

- Vỏ nem rán: 1 gói.
- Thịt nạc vai: 200 g.
- Dừa nạo: 50 g.
- Củ đậu: 200 g.
- Su hào và cà rốt: 100 g.
- Miến: 100 g.
- Hạt tiêu, dầu rán, hành hoa, gia vị.
- Mộc nhĩ, nấm hương: 100 g.
- Trứng vịt: 2 quả.
- Đường, dấm, tỏi, ớt.
- Đu đủ xanh.
- Rau sống, dưa chuột.

THỰC HIỆN:

Thịt lợn băm nhỏ cùng hành hoa. Mộc nhĩ và nấm hương ngâm nở, nhặt rửa sạch, thái chỉ. Củ đậu, su hào, cà rốt, gọt vỏ, rửa sạch và thái chỉ. Miến ngâm nở cắt khúc, dừa nạo cắt đoạn ngắn

Trộn tất cả các nguyên liệu trên và đánh thật kỹ với hai lòng trứng vịt. Nêm thêm chút gia vị và hạt tiêu. Trải vỏ nem rế ra, cho

một chút nhân vào trong rồi gói lại làm sao không để nhân thòi ra ngoài.

Khi dầu rán nóng già cho từng chiếc nem vào rán cho tới lúc vàng xuộm là được.

Đu đủ xanh gọt bỏ vỏ và hạt, thái mỏng rồi ngâm với chút nước dấm, đường làm dưa góp.

Nem ăn nóng chấm với nước mắm pha đường, dấm, ớt, tỏi và kèm với rau sống, dưa chuột.

KHOAI TÂY BỌC THỊT BÒ

Vị ngậy của khoai tây quyện với thịt bò tạo nên một hương vị mới khá hấp dẫn. Để chế biến thành công món ăn này bạn hãy chú ý cách sơ chế khoai tây.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg khoai tây, gọt vỏ, rửa sạch.
- 200 g bột khoai tây.
- 100 g thịt bò rửa sạch, băm nhỏ.
- 100 g tôm bóc vỏ, giã nhuyễn.
- Tỏi, hành tây băm nhuyễn.
- Bột giòn.
- Bơ mặn.
- 1 lòng đỏ trứng.
- Muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Hấp khoai tây chín, dùng thìa tán nhuyễn.

Cho nước sôi từ từ vào bột khoai tây, khuấy đều cho đến khi bột hơi sền sệt. Trộn bột với khoai tây tán nhuyễn, cho một ít muối, bơ vào trộn đều. Vo bột thành viên. Ướp thịt và tôm với tỏi, củ hành, gia vị, để hỗn hợp ngấm gia vị khoảng vài phút. Cho tôm thịt vào giữa viên bột, nhúng vào lòng đỏ trứng gà, lăn qua bột giòn. Thả vào dầu nóng, chiên vàng. Thưởng thức: Dùng với nước tương ớt.

MÌ NGŨ SẮC

Không những có màu sắc bắt mắt, đĩa mì này còn rất hấp dẫn thực khách nhờ hương vị khá đặc biệt. Bạn có thể chuẩn bị cho bữa tiệc đãi khách với món ăn này.

NGUYÊN LIỆU:

- 3 vắt mì trứng lớn, trụng chín, xả qua nước lạnh.
- 50 g chả lụa, cắt hạt lựu.
- 50 g xúc xích, cắt hạt lựu.
- 50 g cà rốt, gọt vỏ, cắt hạt lựu, trụng sơ.
- 2 quả trứng vịt, tráng mỏng, xắt nhuyễn.
- Đậu hoà lan hạt luộc chín, ngâm qua nước nguội cho xanh.
- Gia vị: nước tương, muối, đường, dầu ăn, tiêu, rau mùi.

THỰC HIỆN:

Đặt chảo lên bếp, cho dầu ăn và tỏi, phi thơm. Cho chả lụa, xúc xích, đậu hoà lan hạt, cà rốt và gia vị, xào sơ cho thấm. Mì trộn gia vị, dầu ăn, bóp đều, cho thấm và tơi sợi mì. Chảo nóng phi thơm dầu, cho mì vào xào lửa lớn cho thấm gia vị.

TRÌNH BÀY:

Trút mì ra đĩa tròn lớn. Xếp xúc xích, trứng, cà rốt, chả lụa, đậu hoà lan lên trên. Rắc rau mùi và tiêu. Ăn nóng với nước tương.

BÒ TRÁI DỪA

Món ăn này dùng nóng với cơm trắng hoặc bánh mì.

NGUYÊN LIỆU:

- 300 g thịt bò mềm, rửa sạch, thái miếng chữ nhật bằng ngón tay
- ½ lít nước cốt dừa
- 1 quả dừa khô, bỏ nước
- Củ hành tím, tỏi, sả, riềng, ớt, gừng băm nhuyễn
- Dầu ăn, muối, nước mắm, đường cát vàng.

THỰC HIỆN:

Ướp thịt bò với nước mắm, đường, dầu ăn, hành, tỏi, sả, gừng, riềng, và ớt. Để khoảng 30 phút cho thịt ngấm gia vị. Dầu nóng, cho thịt bò vào xào thơm. Nêm thêm ít nước mắm, đường và chút muối. Cho nước sôi và nửa phần nước cốt dừa vào ngập thịt, hầm cho thịt mềm. Cho tiếp nửa phần nước cốt dừa còn lại và, đun lửa to cho sôi lại khoảng 5 phút. Cho thịt vào quả dừa khô.

GÀ CHIÊN XỐT CAM

Sự kết hợp giữa vị chua của hoa quả và vị ngọt, đậm đà của thịt gà là nét đặc trưng của món ăn này. Khi thưởng thức, bạn sẽ có cảm giác đang ngồi giữa vườn cây và hòa cùng thiên nhiên. Nguyên liệu:

- 300 g đùi gà, rửa sạch, bỏ xương, thái miếng vừa ăn
- 1 quả cam vàng (cam Mỹ), thái thành lát mỏng
- 200 ml nước cam tươi (hoặc nước cam hộp)
- Bột bắp, bột năng, dầu ăn, muối, tiêu, đường.

THỰC HIỆN:

Ướp gà với muối và ít bột năng.

Dầu sôi, cho gà vào chiên vàng. Vớt ra để ráo dầu.

Xếp gà ra đĩa, xen kẽ với cam.

Đổ một ít nước sôi vào chảo, cho nước cam vào, nêm muối, đường sao cho hỗn hợp có vị hơi chua chua, vừa miệng. Nước cam sôi, cho một ít bột bắp pha loãng vào, khuấy đều cho hỗn hợp hơi sánh lại. Rưới nước xốt cam lên đĩa gà, rắc tiêu, rau mùi. Thưởng thức: Dọn với bánh mì hay cơm trắng, dùng nóng.

TÔM BÁCH HOA

Món này có thể dùng nóng với tương xí muội hoặc tương ớt.

- 4 lát bánh mì sandwich, thái miếng hình chữ nhật.
- 20 con tôm sú (10 con vừa, 10 con lớn), rửa sạch.
- 50 g mỡ gáy, thái hạt lựu nhỏ.
- Bột năng.
- Dầu ăn, muối, tiêu, đường.

Thực hiện

Bóc vỏ 10 con tôm vừa, chừa đuôi, để ráo nước.

Bóc vỏ 10 con tôm lớn, đập hoặc giã nhuyễn.

Trộn mỡ với đường cho trong.

Trộn mỡ trong với tôm giã, nêm muối, tiêu, đường.

Quết phần tôm này lên bánh mì, rắc thêm một ít bột năng, đặt tôm lên trên. Dầu thật sôi, cho bánh mì đã quết tôm vào chiên vàng. Khi bánh mì vàng, vớt bánh ra giấy thấm dầu.

NGHÊU NƯỚNG MỠ HÀNH

Lâu lâu bạn hãy chế biến một món hải sản làm phong phú thêm khẩu vị của gia đình. Món nghêu nướng này sẽ đem lại cho bạn sự ngon miệng đến bất ngờ.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg nghêu.
- 1 thìa cà phê mỡ nước.
- 1 thìa cà phê hành lá cắt nhỏ.
- 1 thìa cà phê đường.
- 1 thìa cà phê nước cốt chanh.
- 1 thìa cà phê nước mắm ngon.
- 2 thìa cà phê nước đun sôi để nguội.
- 1/3 thìa cà phê ớt tỏi băm nhỏ.

THỰC HIỆN:

Nghêu chà rửa sạch sẽ, để ráo nước.

Nấu sôi mỡ cho hành vào khuấy đều nhắc xuống. Khuấy tan đường trong nước cho nước mắm + chanh + ớt tỏi vào khuấy đều, nêm có vị hơi mặn, ngọt và chua.

Quạt hồng lò than, đặt vỉ nướng lên lò, xếp nghêu lên nướng, vỏ nghêu mở ra là được.

Khi ăn múc một chút mỡ hành và nước mắm rưới lên nghêu nóng với bánh mì.

CHẢ TRỨNG HẤP

Món chả trứng thường dùng với cơm nóng, kèm dưa chuột và nước tương ớt.

NGUYÊN LIỆU:

- 2 quả trứng vịt.
- 100 g thịt nạc dăm, băm nhuyễn.
- 5 tai nấm mèo lớn, ngâm nước sôi cho nở, thái sợi nhỏ.
- 5 g bún tàu, ngâm nở, thái nhỏ.
- 2 thìa cà phê dầu ăn.
- Hành, mùi.
- Muối, đường, nước mắm, tiêu.

THỰC HIỆN:

Đập trứng ra bát. Dùng thìa vớt ½ lòng đỏ trứng để riêng.

Đánh tan lòng trắng và lòng đỏ của phần trứng còn lại. Cho thịt, nấm mèo, bún tàu vào bát trứng, trộn đều, nêm gia vị cho vừa ăn. Cho bát chả vào nồi, hấp chín. Đánh tan dầu và ½ lòng đỏ trứng. Chờ chả chín, thoa lòng đỏ trứng lên mặt chả, hấp thêm vài phút nữa (không đậy nắp).

CƠM TÔM

Nguyên liệu dễ kiếm mà cách chế biến cũng tương đối đơn giản chỉ vài chục phút là bạn đã một món ăn hấp dẫn.

NGUYÊN LIỆU:

- Gạo tẻ thơm: 500 g.
- Tôm he hoặc tôm sú: 400 g.
- Nấm hương: 20 g.
- Tỏi, hành, tây, gia vị, dầu ăn.

THỰC HIỆN:

- Chọn loại gạo tẻ thơm, vo sạch, nấu chín dẻo. Nấm hương rửa thật sạch, ngâm trong nước một lúc cho nở rồi vắt khô và xắt thành những miếng mỏng theo chiều dọc. Tỏi tây nhặt bỏ rễ và lá già, rửa thật sạch từng lá tỏi, vẩy khô và xắt nhỏ. Lấy 100 g tôm bóc vỏ, rang khô rồi giã nhỏ để làm ruốc.

- Bắc chảo lên bếp, phi thơm hành tỏi băm nhỏ rồi cho tôm, nấm, tỏi tây vào xào đến chín, nêm gia vị thật vừa ăn là được.

- Khi ăn, xới cơm ra bát nén chặt rồi hấp nhân tôm xào dàn thành lớp, rồi lại xới tiếp cơm trắng phủ lên trên cùng, nén thật chặt. Khi ăn úp ngược bát cơm ra, rắc ruốc tôm lên trên. Món cơm này ăn nóng cùng với nước chấm xì dầu.

GÀ NƯỚNG ỚT

Món ăn này khá cầu kỳ nhưng lại có một hương vị rất đặc biệt, thích hợp trong những bữa ăn sum họp và nên thưởng thức trong tiết trời se lạnh.

NGUYÊN LIỆU:

- 1 kg đùi gà.
- 1/2 tách nước tương đậu nành.
- 2 thìa canh mật ong.
- 3 quả ớt nhỏ băm nhuyễn.
- 2 thìa canh nước cốt chanh.
- 1 thìa canh dầu mè.
- Xà lách xoăn hoặc rau mùi.

THỰC HIỆN:

Rửa đùi gà, để ráo rồi bỏ vào đĩa.

Trộn chung với nước tương, nước chanh, mật ong, dầu mè, ớt và mùi rồi rưới vào đĩa thịt gà, đậy lại ướp trong tủ lạnh 90 phút. Sau khi ướp, chắt cạn nước sốt, để sang một bên. Đốt lò khá nóng (thử hơ tay, đếm 3 giây) treo xoong hứng nước thịt dưới vỉ rồi đặt thịt lên, dàn thang hồng vây quanh xoong hứng nước thịt. Nướng từ 45 đến 60 phút cho đùi gà không còn lòng đào, thỉnh thoảng tẩm xốt ướp khi lật thịt qua lại.

GÀ ÁC TIỀM THUỐC BẮC

Với một số vị thuốc mua tại các cửa hiệu đông dược, cùng loại gà ác nhỏ con, thịt và xương có màu đen, bạn sẽ tạo ra một món ăn lành và bổ dưỡng.

NGUYÊN LIỆU:

- Một con gà ác, không cắt tiết, làm sạch, để ráo nước.
- 10 g hoài sơn, 10 g sinh địa, 10 g củ sâm, 10 g táo tàu.
- 1 quả dừa tươi.
- 1 thìa nước mắm.

THỰC HIỆN:

Ngâm các vị thuốc bắc vào nước cho nở.

Cho gà vào thố, rải thuốc bắc xung quanh. Đổ nước dừa tươi vào, lưu ý nước phải ngập mặt gà.

Chuẩn bị nồi, cho thố gà vào hấp cách thủy. Có thể hấp trực tiếp với lửa riu riu cho gà mềm và thấm vị thuốc.

THƯỞNG THỨC:

Để nguyên gà trong thố. Dùng nóng.

CÁ ƯỚP XÌ DẦU BỎ LÒ

Bạn đã có trong tay một con cá tươi ngon, hãy thử cải thiện bữa ăn gia đình bằng món nướng này nhé, nó cũng khá hấp dẫn đấy.

NGUYÊN LIỆU:

- Lườn cá: 600 g.
- Xì dầu: 1 thìa cà phê.
- Tương: 3 thìa cà phê.
- Gừng thái nhỏ: 1 thìa cà phê.
- Muối tiêu vừa đủ.
- Lòng trắng trứng: 4 quả.
- Nước lọc: 4 thìa to.
- Dầu vừng: 2 thìa cà phê.

THỰC HIỆN:

Ướp cá với xì dầu, tương, gừng thái nhỏ và muối, tiêu trong 10 phút. Rán cá vàng 2 mặt và bỏ vào lò nướng ở nhiệt độ 28 độ C trong 7 phút. Đánh tan lòng trắng trứng với nước và chưng lên cho đặc rồi bày cá lên trên mặt trứng. Rắc thêm vừng đã rang, thì là lên trên mặt cá rồi rưới nước cá lên trên, ăn nóng.

TÔM BÓ NGÓ SEN

Nếu được giao nhiệm vụ làm một bữa ăn đãi cả gia đình, với nhiều thế hệ ông bà, cha mẹ, con cái, tôm bó ngó sen là món rất thích hợp để bạn lựa chọn.

NGUYÊN LIỆU:

- 200 g tôm đất tươi, rửa sạch, để ráo.
- 200 g ức gà, rửa sạch.
- 50 g dưa kiệu chua, chẻ đôi.
- 2 quả dưa chuột, bỏ ruột; 1 củ cà rốt, rửa sạch, thái miếng dài 3 cm, ngâm dấm, đường 15 phút.
- 80 g gừng, thái sợi 3 cm.
- 100 g ngó sen chua.
- 100 g hẹ, nhúng nước sôi.

THỰC HIỆN:

Hấp tôm với nước dừa tươi, bóc vỏ, có thể bỏ đuôi.

Thịt gà ướp gia vị vừa ăn, chiên vàng. Rưới thêm nước dừa cho gà ngấm gia vị bên trong. Xé miếng dài 3 cm, dày 1 cm.

Xếp thành từng bó gồm 1 con tôm, dưa chuột, kiệu, gừng, cà rốt, thịt gà, mỗi thứ 1 miếng. Dùng cọng hẹ cột lại như bó củi.

THƯỞNG THỨC:

Ăn kèm với nước mắm chua ngọt.